

PROTOCOLO DE ACTUACION FRENTE A COVID 19
PARA VUELTA ACTIVIDAD DEPORTIVA FEDERADA

FEDERACION DE TRIATLON DEL PRINCIPADO DE
ASTURIAS

ACTUALIZACIÓN 31/08/2020



La Federación de Triatlón del Principado de Asturias plantea la vuelta a las actividades de clubes y federad@s bajo las premisas del siguiente protocolo de seguridad sanitaria, y bajo una atenta observación de todas las normativas y recomendaciones de las Autoridades competentes.

Para el regreso a las actividades del triatlón federado se deberá:

- 1- Cumplir con las recomendaciones y reglamentación sobre el uso de mascarilla siempre, y especialmente en caso de no poder garantizar la distancia de seguridad, distancia personal e higiene personal de manos habitual, evitar intercambio de objetos y aglomeración de personas en todo momento y en cualquier actividad.
- 2- Cumplimiento estricto de los protocolos existentes en instalaciones deportivas.
- 3- Restricción al máximo posible del número de participantes en las actividades deportivas federadas.
- 4- Registro de contacto de personas participantes ante la posibilidad de ser necesarios para rastreo.
- 5- Comunicación de cualquier incidencia en el entorno del club o deportista que pueda darse al correo federacion@triatlonasturias.org para poder mantener la cadena de comunicación con las Autoridades.
- 6- Realización de todas las actividades SIN PÚBLICO.

PROTOCOLO VUELTA TRIATLÓN FEDERADO

1. ANTECEDENTES
2. OBJETO
3. ALCANCE
4. MEDIDAS PARA REDUCIR CONTAGIO POR COVID-19
5. PROCEDIMIENTO PARA IDENTIFICACIÓN DE POTENCIALES SITUACIONES DE CONTAGIO Y LAS MEDIDAS PARTICULARES DE PREVENCIÓN
6. MEDIDAS CORRECTIVAS PRACTICA TRIATLON-DUATLON

1. ANTECEDENTES

La Resolución de 14 de julio de 2020 de la Consejería de Salud por la que se adoptan medidas urgentes de prevención, contención y coordinación necesarias para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19, recomienda en su punto dos “cancelar o posponer cualquier actividad que no sea considerada fundamental y que pudiera ser postergable. El riesgo cero de transmisión de la COVID-19 no existe, y por ello aquellas actividades que no sean consideradas imprescindibles por los diferentes sectores u organizaciones deberían ser aplazadas hasta que mejore la situación epidemiológica”.

♣ Se recuerda que este protocolo sólo es válido para entrenamientos. En caso de competiciones, debe disponerse de un protocolo específico en el que se contemplen todas las particularidades de los eventos deportivos.

♣ Las actividades a las que hace referencia el protocolo están supeditadas a la situación epidemiológica, que puede ser cambiante y determinar la suspensión de actividades programadas si se incrementa el riesgo de transmisión comunitaria en el ámbito autonómico o local.

- Equipos de Protección individual

Se recuerda que la Resolución de 19 de junio de 2020 de la Consejería de Salud por la que se establecen medidas urgentes de prevención, contención y coordinación necesarias para hacer frente a la crisis sanitaria de la COVID-19 tras la expiración de la vigencia del estado de alarma, establece el uso obligatorio de mascarilla en aseos y vestuarios, dónde debe mantenerse, asimismo, la distancia de seguridad interpersonal.

1.1- EI CORONAVIRUS

El coronavirus debe su nombre al aspecto que presenta, semejante a una corona. Se trata de un tipo de virus presente tanto en humanos como en animales.

COVID-19: A finales de diciembre de 2019 se notificó los primeros casos de un nuevo coronavirus en la ciudad de Wuhan (China). Desde entonces el goteo de nuevos infectados por el virus SARS- CoV-2 (inicialmente llamado 2019 nCoV), que provoca o COVID-19, fue continuo en su transmisión de persona a persona.

La Organización Mundial de Salude (OMS) declaró a situación de pandemia. Hay personas infectadas en la práctica totalidad del planeta y los profesionales sanitarios insisten en la necesidad de seguir, de forma estricta, las medidas preventivas.

En España el 14 de marzo de 2020 se decretó el estado de alarma y las autoridades sanitarias insisten en la necesidad de permanecer en casa para contar a transmisión, y tras aproximadamente mes y medio de medidas de contención estricta, se comenzó a lo que se denominó la “desescalada”

1.2- SÍNTOMAS Y FORMA DE CONTAGIO DEL COVID-19

Según lo establecido por las autoridades sanitarias, los síntomas más habituales de la COVID-19 son a fiebre, la tos seca y el cansancio. Otros síntomas menos frecuentes son dolores y molestias, congestión nasal, dolor de cabeza, conjuntivitis, diarrea, pérdida del gusto y/o olfato y las erupciones cutáneas o cambios de color en

los dedos de las manos y los pies. Estos síntomas son leves e comienzan gradualmente. Algunas de las personas infectadas presentan síntomas leves o asintomáticos.

La enfermedad se propaga principalmente de persona a persona a través de las gotitas respiratorias que salen despedidas por nariz o boca de una persona infectada al toser, espirar o hablar. Una persona puede contraer la COVID-19 si inhala las gotitas respiratorias procedentes de una persona infectada por el virus. Por eso es importante mantener la distancia interpersonal de al menos 1,5 metros con respecto a otras personas, y el uso de máscara.

Estas gotitas respiratorias pueden caer sobre los objetos y superficies que rodean la persona, mesas, pomos, material deportivo, etc. pudiendo provocar a infección de otras personas que tocan esos objetos o superficies con las manos y posteriormente las llevan a los ojos, o nariz o boca. Por eso es tan importante lavar las manos frecuentemente con agua y jabón con un desinfectante a base de alcohol y evitar tocar los ojos, la boca o la nariz.

2.- OBJETO

El objeto de este documento es planear las medidas de prevención y actuaciones específicas para la vuelta de la actividad deportiva de Triatlón garantizando la seguridad y la salud del personal federativo, deportistas y resto de usuarios participantes frente a la exposición a el COVID-19.

Dichas pautas incluyen as medidas preventivas a adoptar durante la realización de desplazamientos, medidas de higiene personal, así como medidas técnicas, organizativas y de protección.

3. ALCANCE

El protocolo federativo será de obligado cumplimiento para el conjunto de los estamentos federativos y el resto de usuarios que participen de forma directa o indirecta en la actividad deportiva de la Federación de Triatlón del Principado de Asturias (FTPA)

El presente protocolo establece a base y marco de referencia para que los clubs integrados en la FATRI desarrollen sus propios protocolos y adopten medidas de prevención similares

Cada Club o organizador deberá elaborar su propio protocolo ajustado a su contexto y características de práctica/competición deportiva.

4. MEDIDAS A TOMAR PARA REDUCIR EL RIESGO DE CONTAGIO DEL COVID-19

Todos los agentes que participan directa o indirectamente en la realidad deportiva deberán adoptar las medidas necesarias para evitar el aumento de riesgos de la propagación de la enfermedad COVID-19, así como a propia exposición a

dichos riesgos. Este deber de cautela y protección será igualmente exigible a los titulares de cualquier actividad deportiva.

4.1- MEDIDAS DE DESINFECCIÓN Y LIMPEZA DE SUPERFICIES Y MATERIAL

- ♣ La desinfección de las instalaciones debe realizarse un mínimo de 2 veces al día, con productos virucidas. El personal que la realice debe llevar el EPI adecuado al nivel del riesgo y tras cada limpieza, los materiales empleados y los equipos de protección utilizados deben desecharse de forma segura, procediéndose posteriormente al lavado de manos.
- ♣ En las tareas de limpieza debe prestarse especial atención a las zonas de uso común y a las superficies de contacto más frecuentes como pomos de puertas, pasamanos etc.
- ♣ En los aseos debe haber disponibilidad de jabón, o en su defecto de geles hidroalcohólicos o desinfectantes para manos con actividad virucida aprobados por el Ministerio de Sanidad, y toallas de papel desechable.
- ♣ En el uso de productos desinfectantes para el material, siempre deben guardarse las precauciones necesarias para evitar riesgos innecesarios para la salud.

Con carácter general, sin perjuicio de las medidas específicas establecidas en el protocolo de la instalación correspondiente, respecto a la limpieza y desinfección de espacios, materiales y superficies deberán tener en cuenta las siguientes:

Cuando existan puestos de trabajo compartidos por más de una persona del staff, se establecerán los mecanismos y procesos oportunos para garantizar a higiene de los puestos.

Se procurara que los equipamientos o herramientas empleados por el personal sean intransferibles, o que las partes en contacto directo con el cuerpo de personas dispongan de elementos sustituibles. En caso de aquellos equipamientos que deban ser manipulados por diferente personal, se dispondrá de materiales de protección o el uso recurrente de geles hidroalcoholicos o desinfectantes con carácter previo y posterior a su uso.

Se realizaran tareas de ventilación periódica en los espacios utilizados, como mínimo, de forma diaria y durante el tiempo necesario para permitir a renovación de aire. En la medida de lo posible, mantener las puertas abiertas con cuñas o otros sistemas para evitar el contacto de los usuarios por ejemplo con pomos de puertas. Durante las actividades en recintos cerrados, en la medida de lo posible, realizar tiempos de descanso y recuperación en zonas al aire libre o en zonas bien ventiladas.

Se dispondrán de papeleras cerradas con accionamiento no manual, para depositar pañuelos y cualquier otro material desechable, que se deberán limpiar de forma frecuente (por menos una vez al día.)Así mismo, estas papeleras deberán contar con bolsa desechable que se cambie al menos una vez al día.

4.2.- MEDIDAS PARA LOS AGENTES QUE DIRECTA O INDIRECTAMENTE PARTICIPEN EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA (Staff ,deportistas, técnicos, etc.)

Cumplir todas las medidas de prevención que establezca la entidad deportiva de su protocolo.

- **Deberá mantenerse la distancia interpersonal de 1,5 m. en todo momento, antes durante y después de la práctica deportiva.** A estos efectos, los protocolos federativos establecerá las medidas de tratamiento de riesgo de contagio adaptadas a su casuística.
- **Obligatorio el uso de máscara en todo momento, con la única excepción del momento de la práctica deportiva** por parte del deportista. Cuando no se esté utilizando a máscara, esta deberá guardarse adecuadamente, en lugar higiénico, para evitar que adquiera o se transmita el coronavirus.
- Evitar lugares concurridos.
- Evitar en todo momento el contacto físico.
- Utilizar pañuelos desechables y tíralos a la papelera tras cada uso.
- Asegurarse de mantener una buena higiene respiratoria. Cubrir a boca y la nariz con el codo flexionado o en pañuelo desechable al toser o estornudar, este último deberá desecharse inmediatamente y limpiar las manos con agua y jabón o gel hidroalcohólico.
- Lavar con frecuencia las manos con agua e jabón y con gel hidroalcohólico.
- En la medida de lo posible, evitar tocar los ojos, la nariz y la boca y en caso de hacerlo, prestar atención al lavado previo de manos.
- Las personas que tengan algún síntoma compatible con estar infectado por Covid- 19, como fiebre, tos, dificultad respiratoria etc, no deberán asistir a un evento deportivo, deberán quedar en casa y ponerse en contacto cuanto antes con su médico, así como seguir el plan de comunicación y actuación general establecido en este protocolo (4.3).
- Las personas que tuvieron contacto estrecho recientemente con algún paciente infectado por Covid-19 no deberán acudir a competiciones deportivas o entrenamientos y se deberán quedar en casa hasta finalizar el período de cuarentena indicado por las autoridades sanitarias. De no estar en contacto con sistema sanitario, deberán ponerse en contacto cuanto antes.
- Los pacientes que dieran positivo en la prueba para detección de Covid-19 y no estén de alta, no podrán salir de casa, por lo que no podrán acudir a ninguna prueba deportiva ni entrenamiento.

4.3.-PROTOCOLO GENERAL DE ACTUACIÓN ANTE LA SOSPECHA DE COVID19

En caso de que un miembro del staff, deportista, etc., tenga sintomatología del virus COVID-19, deberá informar de inmediato al Servicio Asturiano de Salud, AsturSalud para iniciar el protocolo previsto por la Conserjería de Sanidad. (www.astursalud.es)

En referencia a lo anterior se recomienda una autoevaluación diaria de posible sintomatología por parte los directivos, técnicos, ayudantes, deportistas, acompañantes, público y voluntarios, antes de acudir a cada actividad o sesión de práctica deportiva.

En caso de detección de un sospechoso por COVID-19 en el entorno de la práctica deportiva, deberán de seguir las pautas determinadas por las autoridades sanitarias. A persona afectada se retirara del grupo y se dirigirá a otro espacio, facilitándole una máscara cirúrgica. Este espacio deberá ser elegido previamente, y debería de contar con ventilación adecuada, y de una papelera de pedal con bolsa, donde tirar a máscara y pañuelos. Contactar con el centro de salud correspondiente a la persona o al teléfono de referencia (984 100 400 /900 878 232), y seguir sus instrucciones. Si se percibirá gravedad llamar a 112. Habrá que realizar una buena ventilación, limpieza y desinfección del espacio y del resto de las estancias donde estuviera la persona. Será preciso limpiar el contenedor /papelera que depositaron los pañuelos o productos usados. Esa bolsa de basura deberá ser extraída y colocada en una segunda bolsa de basura con cierre para su depósito en lugar que se determine.

En todo caso, se seguirán en todo momento las recomendaciones de las autoridades sanitarias.

4.3.1-PROTOCOLO DE ACTUACIÓN INDIVIDUAL ANTE LA SOSPECHA DE COVID19



4.3.2 PROTOCOLO DE ACTUACIÓN PARA CLUBS Y ORGANIZADORES ANTE LA SOSPECHA DE COVID19

EL objetivo primordial es una detección y actuación rápida con el fin de limitar al máximo posible a capacidad de transmisión del coronavirus, haciendo un seguimiento continuo y coordinado entre todos los entes federativos, deportivos y sanitarios desde el primer desplazamiento cara a instalación, espacio de práctica en centro deportivo, durante el periodo deportivo, y después del mismo .La comunicación y responsabilidad individual de cada deportista es primordial, y la colaboración de los clubs y organizadores.

Todos los clubs y organizadores de la Federación de Triatlón del Principado de Asturias (FTPA), se comprometen al cumplimiento del protocolo federativo de prevención el contagio del COVID19, además de seguir los protocolos individuales de las instalaciones que hagan uso.

Los clubs/organizadores se comprometen al seguimiento y monitorización de los deportistas involucrados en sus actividades y a la comunicación a la FTPA de cualquier síntoma que presente cualquiera de sus deportistas compatible con COVID-19, COMO FIEBRE, TOS, DIFICULTAD RESPIRATORIA ECT, no permitiendo continuar con evento o práctica deportiva

Procedimiento en caso de detección o sospecha de que un deportista tiene Covid19.

1.- El Club/organizador informará al deportista del procedimiento a seguir de acuerdo al punto 4.3 e informará a la Federación de Triatlón del Principado de Asturias.

2.-La FTPA continuará el procedimiento e informará a la DIRECCION GENERAL DE DEPORTES para poder activar protocolo establecido.

43. OTRAS MEDIDAS

DESPLAZAMIENTOS A ENTRENAMIENTOS Y COMPETICION

No se compartirá vehículo particular con otras personas no convivientes, siempre que sea posible. De no ser así, priorizar formas de desplazamiento que favorezcan a distancia interpersonal e, en todo caso, utilizar máscara. Además es importante un frecuente lavado de manos y el empleo de gel hidroalcohólico antes de entrar y después de salir del vehículo.

ALIMENTOS, BEBIDAS Y SIMILARES

No se deben compartir alimentos bebidas o similares.
Se recomienda marcar los envases utilizados para evitar confusiones.

MEDIDAS ORGANIZATIVAS

A entidad responsable de la actividad deberá garantizar que los deportistas dispongan del material de prevención, ya sea porque lo tiene a disposición del titular de la instalación, la entidad organizadora de la actividad o porque o

traen los deportistas, staff, etc.

- Evitar, en la medida de lo posible, el uso de materiales compartidos durante la actividad. Si no fuera posible, garantizar conforme a lo establecido en el punto anterior la presencia de elementos de higiene, para el uso continuado por parte de los participantes y establecerse mecanismos de desinfección correspondientes.
- Se propondrá el pago con tarjetas o otros medios que no supongan contacto físico, y se pondrá hincapié en la desinfección y limpieza de los equipamientos precisos para eso
- Se recomienda la existencia de una persona encargada del cumplimiento de todas las medidas de prevención y control establecidas en relación a la infección COVID-19.
- Sería recomendable que todas las personas implicadas (deportistas, entrenadores, otro personal etc.) realizaran una declaración responsable, de modo previo al inicio de los entrenamientos, en la que declaren conocer y se comprometan a cumplir el protocolo de prevención y control de la infección COVID-19, a no acudir en caso de presentar síntomas o dudas de tenerlos, estar en aislamiento, cuarentena etc.; y en caso de ser persona vulnerable al COVID-19, o convivir con persona vulnerable, a acudir libremente conociendo y aceptando los riesgos potencialmente graves (incluso mortales) derivados de una posible infección.

MEDIDAS DE INFORMACIÓN

- La entidad organizadora de la actividad informará a todos los agentes que participen directa o indirectamente en la actividad sobre los riesgos y medidas sanitarias y de higiene que deben cumplir de forma individual. Deberá existir una comunicación continua con todos los agentes de la realidad deportiva.
- Facilitar al Staff, deportistas y otros agentes anexas a la práctica deportiva, información sobre las medidas de higiene y seguridad mediante cartelera en puntos clave de los espacios de práctica y de acceso a la misma, en la página web o redes sociales de la entidad mediante la entrega de documentos, preferiblemente por vía telemática.
- Se debe contar con una visualización sobre las medidas higiénico - sanitarias y de prevención establecidas en el ejercicio de la actividad
- Cuando las instalaciones donde se desenvuelva la práctica deportiva dispongan de ascensor o montacargas, se promoverá a utilización de las escaleras.
- Las medidas informativas a todos los participantes deberían incluir un apartado referente a las personas con condiciones físicas que les hacen vulnerables al COVID-19 (mayores de 60 años, enfermedades

respiratorias, enfermedades cardiovasculares incluida la hipertensión arterial, diabetes, cáncer, etc.), las cuáles deben valorar su asistencia, no recomendándose, pudiendo acudir siempre que su condición clínica esté estable y lo permita, y manteniendo rigurosas medidas de protección según indicación de su profesional sanitario de referencia o Servicio de Prevención de Riesgos Laborales.

MEDIDAS DE FORMACIÓN

- Se promoverá la formación, especialmente entre monitores o staff para:
 - Adaptar las actividades a las medidas y recomendaciones marcadas por las autoridades sanitarias (distanciamiento interpersonal, empleo de máscara, etc.). Revisión de las actividades a desenvolver, suprimiendo aquellas que promueven el contacto físico y primando las que pueden llevarse a cabo en un lugar más individual o con mayor distanciamiento, intentando no perder a dinámica de grupo.
 - Formación sobre las medidas higiénico-sanitarias de carácter personal recomendables, tales como a necesidad de un correcto y asiduo lavado de manos, el empleo de gel hidroalcohólico, la colocación correcta de la máscara, etc. Con el objetivo de implementar estas medidas en el contexto de la práctica deportiva y también para trasladarlas a los deportistas y a su entorno con el objetivo de de que se consoliden estos hábitos higiénico-sanitarios.

Se recomienda que antes de los primeros entrenamientos/competiciones, el staff y personal involucrado en los mismos realice un ensayo/simulacro para ajustar las medidas propuestas en este protocolo en los espacios concretos donde se va a realizar la actividad.

6.- PROCEDIMIENTO DEL CLUB PARA SUS ACTIVIDADES ESPECÍFICAS.

Apartado específico donde se reflejaran las medidas protocolarias a tomar según las características especiales del club o de las instalaciones donde desarrollan la actividad

Liber bank



A rellenar por parte del club....