

PROTOCOLO INSTITUCIONAL

COVID 19



CONFEDERACIÓN ARGENTINA DE PATIN

Protocolo Institucional - COVID 19

- Introducción _____ Pág. **2**
- Objetivo _____ Pág. **3**
- Recomendaciones _____ Pág. **4**

- Skateboarding _____ Pág. **5**

- Patín artístico _____ Pág. **9**
- Patinaje velocidad _____ Pág. **19**
- Hockey sobre patines _____ Pág. **27**
- In-Line Hockey _____ Pág. **32**
- In-Line Freestyle _____ Pág. **40**
- Roller Derby _____ Pág. **43**

✓ INTRODUCCIÓN

CAP

La reciente coyuntura en la que está inmerso el mundo, en donde se replantean todas las actividades impulsando **nuevas prácticas en lo laboral, lo personal y lo social**, necesariamente implica un posicionamiento diferente en la forma de encarar los procesos desde el Deporte.

En este sentido, la **Confederación Argentina de Patinaje** tiene la ardua tarea de encabezar este cambio desde el seno mismo de la Institución, **promoviendo acciones tendientes al cuidado de los atletas** en primer lugar, y generando **acciones hacia la comunidad deportiva nacional, en todas sus áreas**. Es por esto que a continuación se presenta el **Protocolo Institucional de la Confederación Argentina de Patinaje**, que reúne protocolos particulares de las disciplinas que componen nuestra Institución, realizados éstos por las **Direcciones Técnicas Nacionales** de cada una de las disciplinas. Cabe aclarar que estos protocolos particulares son recomendaciones con el fin de implementar las mismas para garantizar el cuidado de los deportistas y todas las personas involucradas en la actividad.

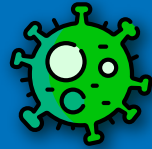
Este documento es dinámico y **debe ser evaluado constantemente** a efectos de coincidir con las directivas de los **Gobiernos Nacional, Provincial y Municipal** con respecto a la temática. Esta Guía no sustituye las legislaciones emanadas tanto por autoridades nacionales como provinciales y municipales, y solo será aplicable una vez que las autoridades competentes hayan autorizado la reanudación de esta actividad deportiva.

La información contenida no pretende ser un sustituto del asesoramiento médico profesional, diagnóstico o tratamiento. Es importante remarcar que, ante alguna duda o preguntas específicas, debe recurrirse a los profesionales médicos.



OBJETIVO:

Proporcionar las guías (recomendaciones) básicas para la vuelta segura a la actividad deportiva, 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.

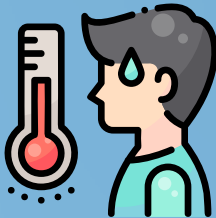


¿Qué es el covid?

Es una enfermedad infecciosa producida por el SARS- CoV- 2 que corresponde a un tipo de coronavirus.

Las recomendaciones preventivas están basadas en la forma de propagación del virus. La transmisión puede ser por el contacto estrecho con las secreciones respiratorias (de boca y nariz) que se generan con la tos, el estornudo o cuando habla una persona infectada. Estas secreciones al entrar en contacto con las mucosas (ojos, nariz y boca) de otra persona sana provocarían el contagio, o bien también el mismo puede darse al tocar superficies u objetos contaminados por el virus en la acción de tocarse la cara. Por ello es tan importante la higiene de manos.

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DEL COVID19?



Fiebre y Tos (+37,5 grados)



Fiebre y Dolor de Garganta (+37,5 grados).



Fiebre y Dificultad respiratoria (+37,5 grados).



En algunas personas se han detectado:

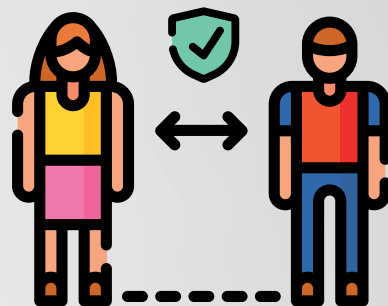
- Dolor de garganta
- Congestión nasal
- Diarrea

Se han detectado casos asintomáticos por lo cual nunca se debe dejar de cuidarse

RECOMENDACIONES PARA EL ÁMBITO DEPORTIVO EN TODO MOMENTO



Capacitar a todo el personal por las recomendaciones sanitarias Covid -19.



Respetar el distanciamiento social vigente.



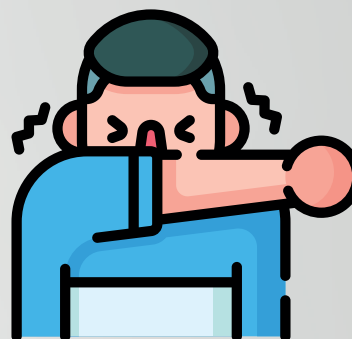
Lavarse las manos frecuentemente.



No tocarse la cara.



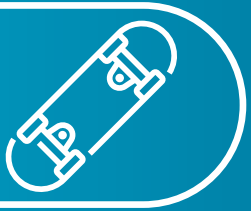
Disponer de insumos necesarios para la limpieza, desinfección e higiene de manos.



Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con el pliegue interno del codo o un pañuelo, usar el cesto de basura más cercano para desechar los pañuelos y limpiarse las manos.



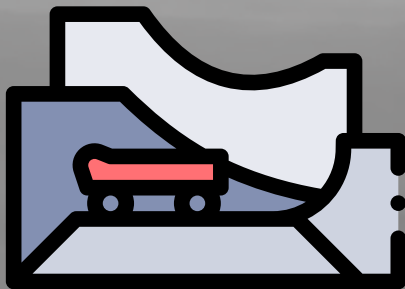
No saludarse con contacto.



SKATEBOARDING

Se hará hincapié en el cumplimiento de las recomendaciones emitidas tanto por el Ministerio de Salud como la OMS, para garantizar un “regreso seguro”.

Se presentarán pautas y consejos para:



SKATEPARKS

Consejos y orientación para la reapertura de skateparks incluyendo la instalación, personas, equipos, limpieza e higiene, etc.



SKATEBOARDERS

Consejos y orientación práctica segura del skateboarding, incluyendo el distanciamiento social, equipos, higiene, etc.

Consideraciones para “COVID-19 FREE SKATEPARKS”

Sedes a cielo abierto

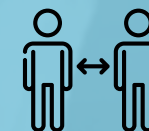


- Asegurar que las reglas del “COVID-19 FREE SKATEPARKS” estén visibles, sean sumamente claras y se comuniquen a todos los skaters (cartelera en el lugar y si es posible contactar previamente a los participantes vía e-mail con flyers, propaganda, etc.).
- Mantener un registro con los detalles de contacto 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:

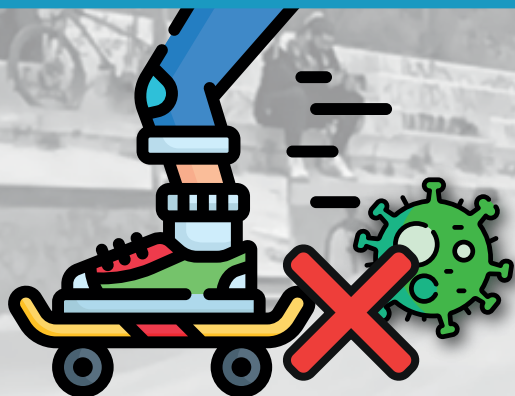
- Las dimensiones del lugar (determinar una capacidad máxima).
- Horarios programados con reserva previa.
- Registro de temperatura corporal con termómetro digital por parte del Staff del skatepark. No ingresará ninguna persona que presente 37.5° C o más.
- Sea residente de un área local. Desalentar 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: si presenta tos, fiebre de 37.5° o más, dolor de garganta, dificultad para respirar, pérdida del sentido del olfato o gusto o si en los últimos 14 días ha estado en contacto con personas con diagnóstico confirmado. Filtro realizado por Staff del skatepark a modo de declaración jurada.



- 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)
- 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.
- 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.

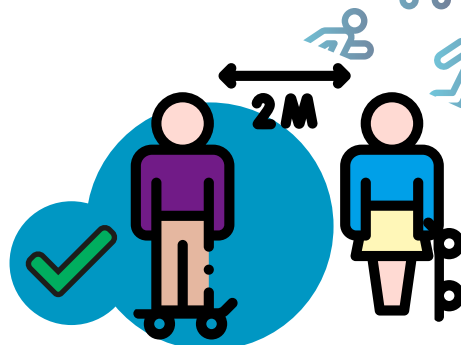
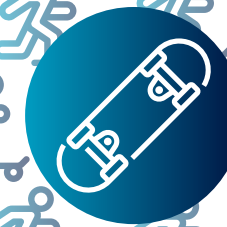
Participantes (Skaters)



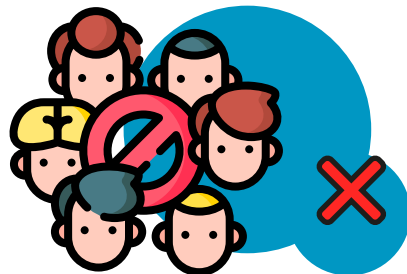
- NO concurra al skatepark si tiene síntomas compatibles con Covid-19 (tos, fiebre de 37.5° o más, dolor de garganta, dificultad para respirar, pérdida del sentido del olfato o gusto) o si en los últimos 14 días ha estado en contacto con personas con diagnóstico confirmado.
- NO concurra al skatepark si pertenece a algún grupo de riesgo (> de 60 años, embarazadas y personas con patologías crónicas).
- 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 en todo momento.
- 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, compartir bebidas, equipo, etc.

- Evitar tocar con sus manos superficies de manera innecesaria (asientos, puertas, barandas, etc.)
- Si precisa estornudar o toser hágalo sobre el pliegue del codo.
- 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 etílico al 96%, alcohol en gel o lavarse con agua y jabón. Realizar esta práctica al finalizar la sesión, antes de abandonar el skatepark.
- Evitar llevar las manos a la cara luego de manipular el skate, superficies o durante la práctica deportiva.
- 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.

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.



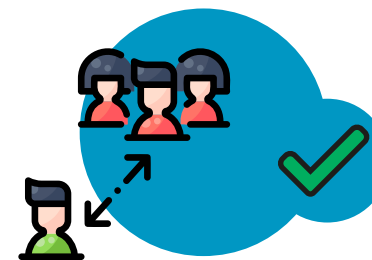
- No realizar reuniones sociales, concursos y/o eventos.



- Organizar únicamente sesiones formales de coaching.



- Limpiar las superficies y el equipo entre cada sesión de entrenamiento.
- Diagramar detalladamente los tiempos de sesión e inter sesión (tiempo de limpieza) para garantizar la menor aglomeración posible.



- Acortar el tiempo de las sesiones de coaching y reducir su número para garantizar el correcto distanciamiento social.



PATÍN ARTÍSTICO

1

Infraestructura del recinto donde se llevará a cabo el torneo o evento deportivo.

2

Ingreso de público, deportistas, dirigentes, jueces, datas y autoridades.

3

Ubicación en el predio.

4

Ubicación en el stand.

5

Desarrollo de la competencia.

6

Puntos a tener en cuenta previos a la competencia.



Infraestructura del recinto donde se llevará a cabo el torneo o evento deportivo.

1.I Espacio físico y superficies

Previamente se debe contar con un plano del lugar del torneo, teniendo delimitado la medida de la pista de uso para los atletas y sector de dirigente, jueces, técnicos, delegados y personal encargado del evento, como así también baños y demás instalaciones. Por otra parte, se procederá a la desinfección de las superficies y ventilación del recinto.

La contaminación de superficies y objetos es una de las vías más frecuentes de transmisión de las infecciones respiratorias. Por ello las instalaciones deben ser desinfectadas regularmente para minimizar el riesgo de transmisión por contactos, picaportes de las puertas, barandas, mostradores, mesas, sillas, etc.

1.II Control médico

Al ingreso, debe existir un grupo de paramédicos y médicos controlando el estado febril de todas las personas con el scanner, no permitiendo el acceso a quien este atravesando un proceso febril, patologías de riesgos, (diabéticos, embarazadas, procesos infecciosos respiratorios, antecedentes de bronquitis, neumonía, etc.) Al ingreso, debe haber un dispense con alcohol en gel, para que todos puedan disponer del mismo.

La contaminación de superficies y objetos es una de las vías más frecuentes de transmisión de las infecciones respiratorias. Por ello las instalaciones deben ser desinfectadas regularmente para minimizar el riesgo de transmisión por contactos, picaportes de las puertas, barandas, mostradores, mesas, sillas, etc.

1.III Sanitarios

Los sanitarios deben ser estrictamente higienizados, adoptando el extremo de control, con los elementos necesarios para la desinfección, limpieza de manera permanente con lavandina, presencia de alcohol en gel, o alcohol diluido en envases atomizador al servicio del público.

No está permitido el uso de los secadores de manos eléctricos que funcionan con aire, pueden llevar el virus más lejos.

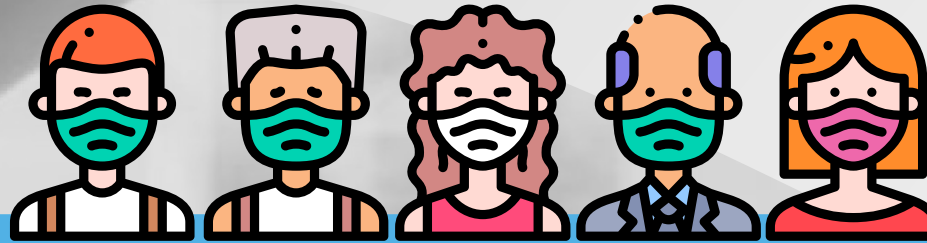
1.IV Limpieza y ventilación

Limpiar con asiduidad las zonas susceptibles de ser usadas con frecuencia por el público. También la limpieza de la pista en forma reiterada y toda vez que sea necesario.

La ventilación de ambientes cerrados, sobre todo en periodo invernal o de bajas temperaturas debe hacerse con regularidad para permitir el recambio de aire, asegurando la abertura de puertas y ventanas que produzcan circulación del aire. No está permitido el uso de los secadores de manos eléctricos que funcionan con aire, pueden llevar el virus más lejos.



2.1 - Ingreso de público, deportistas, dirigentes, jueces, datas y autoridades.



En primera instancia se pone el énfasis, que toda persona considerada de riesgo, por diferentes patologías, no podrán ingresar a los eventos deportivos en el presente 2020.

No podrán ingresar las personas que:

- ✓ 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;
- ✓ Tiene cualquiera de los síntomas informados por el Ministerio de Salud y/o por la Organización Mundial de la Salud.
- ✓ Es parte de los grupos de riesgos definidos por el Ministerio de Salud y/o por la Organización Mundial de la Salud.

A todas las personas que ingresen al recinto donde se desarrolle la competencia, se le controlara la fiebre y deberán estar provistos, de los elementos de protección que cubran nariz, boca y mentón, tapa boca, guantes de látex, condición de obligatoriedad. Se recomienda que cada patinador, juez dirigente etc, tenga su kit de higiene.



2.II - Deportista y acompañante



Solo se permitirá el ingreso del deportista acompañado de un adulto (y el técnico).

Declaración jurada: Los adultos que acompañen al patinador deben entregar la declaración jurada, que se implementara e informara oportunamente, a los fines de dar consentimiento que aprueban la participación en la competencia y que no sufren trastornos de salud de riesgo que exponga su salud y el prójimo.

2.III - Medidas de Distancia Social y Distancia Deportiva

- El atleta deberá guardar la distancia exigible con su técnico, a quien no podrá abrazar, saludar, etc.
- En el momento de competir, y de ser llamado a la pista, el atleta podrá retirarse el barbijo o tapaboca, y permitir mejores condiciones de respiración mientras realice su performance.
- Los jueces en la pista, en la competencia de la disciplina escuela, estarán separados entre sí y con el patinador, a 1 metro y medio de distancia.
- El juez, fiscalizador, autoridad del comité, deberán permanecer a la distancia que exige el protocolo, 1 metro y medio.
- Las carpetas de juzgamiento para la disciplina Escuela, deberán ser de uso personal, y cada juez deberá tenerla en su mesa de trabajo para la utilización de toda la jornada, y luego se higienizarán para el día siguiente con un paño embebido en agua diluida con alcohol.
- Si el deportista sufriera alguna caída, que se requiera la asistencia médica, el doctor solo podrá asistir al patinador, tomando todas las precauciones sanitarias y de higiene para cumplir con la labor (barbijo, guantes de látex, chaquetilla).
- La pista deberá ser higienizada de manera continua. La forma sugerida es siempre la limpieza húmeda con trapeador o paño, en lugar de la limpieza seca, con cepillos. El procedimiento más sencillo es la técnica de doble balde y doble trapo. Preparar un recipiente y balde con solución con agua tibia, con gotas de lavandina.
- Todas las superficies de mayor contacto por el público, deberá ser sometido a la desinfección, con esta solución, que produce una rápida inactivación de los virus y otros microorganismos. El proceso es sencillo y económico, solo se requiere de un recipiente, trapeadores, hipoclorito de sodio de uso doméstico.
- Los encargados de la higiene de la pista deberán utilizar equipo de protección individual adecuado para la limpieza y desinfección y deberán estar de manera permanente para efectuar la higiene finalizada la categoría.

2.IV - Técnico, delegados, jueces, datas y dirigentes

- Los técnicos y delegados deben colaborar con el debido cumplimiento del protocolo.





Ubicación en el predio.

3. I - Ubicación de los dirigentes, fiscalizador

Deberá prever los espacios de trabajos para cada dirigente en el costado lateral del recinto, de manera separada, para evitar contacto físico, con su respectivo alcohol en gel en la mesa.



3. II - Ubicación del locutor

Permanecerá a la distancia que exige el protocolo en relación al Data y al resto de los jueces. El micrófono y auriculares, es considerado elementos de alto riesgo, por lo que se sugiere que deben estar protegido, con el uso de espuma protectora o un producto llamado «Microphome». Es un spray que desinfecta con seguridad la superficie exterior de un micrófono. La fórmula es sin alcohol, antimicrobiana, de secado rápido y sin residuos.



3. III - Ubicación de los jueces, panel técnico, data review.

Las mesas de los jueces deberán estar separadas entre sí, a una distancia de 1.5 metros, y en cada mesa deberá haber un dosificador con alcohol en gel.

La ubicación del Panel técnico, Data, Review, deberán estar a 1.5 metros, separados y en su mesa de trabajo deberá proveerse alcohol en gel. Al lado de cada una de las mesas de jueces, panel técnico, data, review, fiscalizador deberá existir un cesto de uso personal, recubierto el mismo con una bolsa de residuos.

Mantener las distancias, minimizar el contacto físico. Deben extremarse las medidas de distanciamiento cuando las personas son interlocutoras **CADA JUEZ DEBERA MANTENER LA HIGIENE DE SU ESPACIO DE TRABAJO Y PERTENENCIAS.** Seamos realistas: después de horas de uso, los micrófonos están cargados de gérmenes, saliva y otros fluidos corporales. Si esto se convierte en un riesgo cuando es solo una persona quien lo usa, imagínese lo que puede pasar cuando el micrófono es utilizado regularmente por varias personas. Finalizada la jornada se debe higienizar con este producto, auriculares, teclados, micrófonos.



3. IV - Ubicación del audio

Se le deberá anexar una mesa con dosificador de alcohol en gel y que diste dos metros de la ubicación de los equipos, para que los Técnicos puedan dejar los pendrives con las músicas y no tener contacto físico con el operador. Los técnicos deberán ubicarse en una fila separados por la distancia necesaria entre sí. Además, se anexará una mesa para que los técnicos dejen las declaraciones de los deportistas.



3. V - Ubicación del público

Dado que se limitará el ingreso a un adulto que acompañe al atleta, los mismos deberán ser ubicados distanciados, guardando el metro exigible.

Se deberá hacer controles continuos en todos los sectores, pudiendo pedir que la persona que no cumpla con ellos se retire del lugar, en caso de ser un particular. En caso de ser un técnico, juez o dirigente se aplicará las sanciones que establezca la CAP.





Ubicación en el stand

4. I - Medidas preventivas en el buffet o sector de la venta de alimentos

- El servicio de buffet, deberá contar con la aprobación bromatológica de la autoridad oficial de la ciudad donde se realiza el evento.
- El personal deberá estar provisto de la indumentaria adecuada para la correcta elaboración de los alimentos (gorro, guantes de látex, barbijo, chaquetilla o delantal, etc.), limpieza y desinfección de entornos y elementos de cocina, así como en las medidas de higiene personal, especialmente en referencia al lavado de manos y al cumplimiento de las medidas de higiene en los procesos de manipulación de alimentos. Instalación de dispensadores de gel, desinfectantes disponibles para el público y constante higiene del mostrador.
- Ofrecer alimentos cocinados a temperaturas por encima de los 70 grados centígrados (el coronavirus no es una enfermedad de transmisión alimentaria, pero puede existir contaminación cruzada).
- Preservar la cadena de frío y mantener los alimentos conservados protegidos físicamente en todo momento mediante recipientes. Limitar la manipulación por parte del público, exhibiendo la mercadería a distancia, para que no esté al alcance la de la gente.

4. II - Refrigerios

- Para adecuarse a las medidas de higiene, en lo posible **identificar con nombre la vajilla**, (tazas, vasos de los jueces, data, dirigentes).
- El recinto donde se le brindara los almuerzos, deberá ser **aireado**, y que permita una ubicación distanciada unos de otros en la mesa. Evitar de compartir mate, vasos y cubiertos. Con respecto a este último punto, se deberá utilizar **vajilla descartable**, o sugerir que cada juez, data asignado para el torneo se lleve sus cubiertos, vaso, taza, etc.

4. III - Otros stands

- Los espacios cedidos para la venta de indumentaria, accesorios y fotos, filmación y otros, deberán cumplir con la medida de seguridad e higiene que por la presente se establezca, (**distancia y la cantidad de personas en el espacio físico**).





Desarrollo de la competencia



I. PROGRAMACIÓN DE LAS COMPETENCIAS POR DÍA

Se limitará la participación de patinadores por día, para evitar afluencia de público, con una planificación de la realización de la disciplina escuela y libre de manera continua, e inmediatamente se llevará a cabo la premiación para que los deportistas y acompañantes se retiren del salón, por otro acceso que no sea la puerta de ingreso.



II. PRUEBA DE PISTAS Y COMPETENCIA

Las pruebas de pistas deberán ser con una cantidad reducida de patinadores para evitar el contacto entre ellos. En caso de escuela igual recomendación, habilitando más círculos para la práctica de las figuras.



III. PREMIACIÓN

Con respecto al podio, estará ubicado de manera permanente en el recinto, al costado de la pista, se anexará una mesa con las medallas que estarán protegidas en un envoltorio individual, y en el momento de la premiación, cada deportista que se mencione retirará la medalla y se dirigirá al podio para la premiación.

Los podios estarán separados a un metro de distancia, 1ero, 2do, 3er puesto, 4to y 5to, según la divisional para el resguardo de los atletas.

Finalizada, cada premiación, se higienizará el podio con agua y lavandina. Inmediatamente, los encargados de la Higiene del recinto, procederán a desalojar el mismo, para efectuar una limpieza profunda a la pista, sillas, barandas, puertas, picaportes y baños, para luego permitir el ingreso de la segunda tanda de patinadores, adulto que acompañe al deportista y el técnico, efectuando las mismas inspecciones a cargo de los Paramédicos y médicos en el control febril del público y deportistas.



Puntos a tener en cuenta previos a la competencia

6. I - Alojamiento de los Jueces, Data, Fiscalizadores

Se deberá extremar las medidas de higiene, siempre que las condiciones económicas de la institución lo permitan, las reservas serán en habitaciones individuales.

6. II - Pagos

Los pagos de Inscripción y de Gastos Operativos, deberán realizarse por medio de pagos electrónicos a través de transferencias bancarias sin excepción, se puede incluir el pago de la entrada del acompañante. En el caso de los honorarios de los distintos actores que concurran al evento no podrán manejar dinero en efectivo, se utilizara todo medio de pago que hay en este momento para realizar los cobros, (Técnicos / Bufete / Stand / etc.).

6. III - Declaración de elementos y músicas

La Declaración de Electos deberá ser enviada por cada Federación/Asociación por medio de correo electrónico para evitar manipulación previa de las mismas.

Dirigentes

Review

Data

Controlador

Oficial
Técnico

Juez

Juez

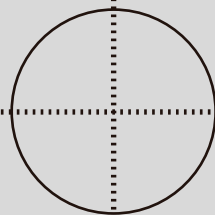
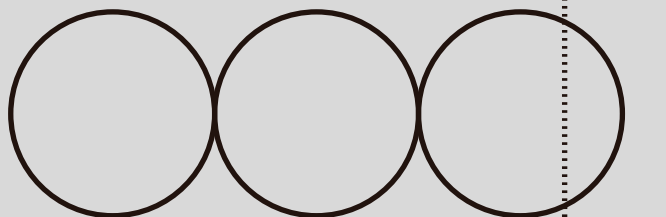
Juez

TÉCNICOS
1 por atleta

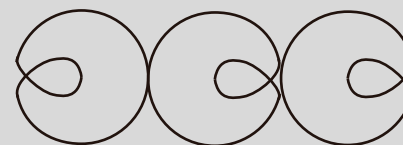
Entre mesa y mesa debe haber 2 mts de distancia

Medallas

PODIO



PISTA



ATLETAS
Máximo 5

Tribuna/Sillas

Entrada



PATINAJE VELOCIDAD

1. Consideraciones previas

2. Inicio de las actividades deportivas

3. Formato de las competencias

1. Consideraciones previas

El presente documento es el protocolo de referencia y obligado cumplimiento para todos los deportistas federados, de alto rendimiento y finalmente las escuelas, así como para las federaciones y entidades deportivas en las que aquéllos pertenezcan, de cara al reinicio de los entrenamientos y la posterior reanudación de competencias oficiales. Se trata del marco mínimo para reactivar el deporte, durante el período vuelta a la actividad, teniendo especialmente en cuenta la zona donde esté ubicada cada Federación.

Lo anterior queda vinculado a una condición ineludible: la reanudación de toda actividad deportiva queda supeditada a que la situación sanitaria lo permita, situación que decidirá o mantendrá vigente el Gobierno, ya sea Nacional o Provincial.

Finalmente, se señala que este protocolo sanitario es de obligado cumplimiento para todos los deportistas que previa autorización del Gobierno, deseen regresar o sean convocados a los entrenamientos y a la posterior competición. Y ello sin perjuicio de las medidas de refuerzo de seguridad sanitaria que, sumadas a estas exigencias básicas, les vengan impuestas por sus clubes o entidades deportivas, en su caso. En cualquier caso, este regreso a los entrenamientos y la competición será bajo su responsabilidad, o bajo aquella que se derive de los acuerdos que el deportista tenga suscritos con su federación o entidad deportiva empleadora, lo que incluirá estar al corriente de los seguros que procedan.

Todo lo que sigue será de aplicación, además de los deportistas, a los árbitros/jueces y personal técnico o auxiliar imprescindible que tenga que participar, en la fase correspondiente, en los Patinódromos o en espacios anexos necesarios para desarrollar su labor.

El protocolo se divide en cuatro fases, diseñadas para una vuelta a la actividad con un estado de forma óptimo por parte de los deportistas en el momento de reanudar las competencias, limitando en la medida de lo posible el riesgo de lesiones. En este cronograma se tendrá en cuenta que el seguimiento médico experto, especialmente en lo que afecta a las posibles consecuencias físicas y fisiológicas que este virus pueda tener sobre los deportistas., tendrá que ser muy estrecho, teniendo en cuenta, entre otras consideraciones, los calendarios de las competencias.

Desde el punto de vista territorial, surge la necesidad de coordinar la aplicación de este protocolo con las Autoridades municipales y Provinciales a las exigencias de seguridad sanitaria que la pandemia exige.

Cuando los deportistas y su personal técnico o auxiliar de apoyo, así como los árbitros/jueces, desarrollen la actividad de entrenamiento o competición en la vía pública o en algún otro espacio de dominio público, deberán ir provistos de un permiso especial, las entidades deportivas preparará un registro de deportistas autorizados para este tipo de entrenamiento.

2. Inicio de las actividades deportivas

2. II. Fases

El reinicio de una actividad deportiva no puede llevarse a cabo de un modo brusco desde una fase de desentrenamiento, dado que las lesiones muestran aumentos de 50% y un 100% si no se respetan unas fases de preparación física previa al inicio de las competiciones.

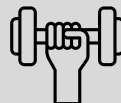
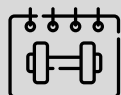
Las lesiones más frecuentes son las de tipo agudo, especialmente las musculares, también las lesiones de tipo crónico, por sobrecarga, en un organismo no entrenado para la carga competitiva, pueden llevar a semanas y meses.



2.1.I - Fase entrenamiento individual o básico

2.1.II - General

- A realizar, con carácter general, manteniendo la cuarentena en el domicilio.
- Será similar para deportes individuales o colectivos.
- La duración dependerá de factores como el tipo de competencia y las características de cada deportista, quedando además vinculada a la duración de las dos siguientes fases, de entrenamiento medio y de entrenamiento total precompetición (en total, conjunta, como mínimo de tres a cuatro semanas).
- El entrenador o preparador físico hará llegar a sus deportistas, y siempre de modo no presencial, salvo en el caso citado, un plan de pre-entrenamiento diario que el deportista pueda llevar a cabo en soledad.
- Los clubes, equipos o federaciones, en cuyas instalaciones o bajo cuya supervisión se organicen entrenamientos, o en el futuro competiciones (mientras dure el Estado de cuarentena), identificarán un coordinador para el cumplimiento general de este protocolo, así como un jefe médico.



2.1.III - Medidas preventivas

- En lo colectivo a los que se aplicará el presente protocolo evitarán, en la medida de lo posible, acudir a instalaciones deportivas y se evitará el uso de instalaciones cerradas, debiéndose buscar alternativas, que son relativamente viables para las entidades deportivas en esta fase.
- El deportista llevará **guantes protectores** y tendrá cuidado de no tocar en lo posible los objetos o equipamientos de uso colectivo.
- Realizará los entrenamientos en soledad, teniendo en cuenta que con el ejercicio aumenta el volumen de aire ventilado y la fuerza espiratoria, y por ello las gotas y micro gotas pueden llevar los virus a una mayor distancia.



2.1.IV - Centros de entrenamiento

- Si el deportista debe acudir a una instalación para entrenar, esta debe ser la de su club o equipo o la de un centro de entrenamiento donde se puedan respetar las previsiones que se indican.
- Los centros de entrenamiento deberán dotarse de puntos de control de acceso especial, provistos de material de desinfección y aislamiento, de elementos técnicos que permitan comprobar la temperatura.
- Si procede de su casa, el deportista o personal preciso para la realización de la actividad deportiva acudirá a este centro en la opción de movilidad que mejor garantice la distancia interpersonal de seguridad de aproximadamente 2 metros, llevando consigo guantes y cualquier otro material que sea obligatorio. En el caso de que el deportista sea menor de edad, éste podrá ir acompañado por un adulto, pero siempre manteniendo las distancias de seguridad y las medidas de protección e higiene que se establezcan.
- En los lugares de entrenamiento en todo caso se respetará, en sus diferentes segmentos, la distancia social de seguridad. Para ello se establecerán los turnos necesarios, con limpieza y desinfección entre turno y turno.
- En la actividad se guardarán en todo momento las medidas preventivas indicadas. Los responsables de estos centros de entrenamiento establecerán bajo su responsabilidad los horarios necesarios para garantizar que los deportistas guarden las distancias previstas. Se priorizará el uso de espacios al aire libre, Patinodromos o rutas destinadas a tal fin.

- Los centros de entrenamiento deberán cumplir, para esta fase las siguientes reglas:

- Antes de la reapertura, habrá que hacer una limpieza y desinfección general a fondo de todos los lugares y el mobiliario de las instalaciones deportivas.
- También habrá que realizar limpieza y desinfección más a menudo, mínimo dos veces al día, especialmente de las superficies de contacto manual como picaportes, bancos, sillas, percheros y baños, entre otros.
- Disponer en el momento del inicio de la actividad de una cantidad suficiente de material de protección para los deportistas (guantes, soluciones desinfectantes).
- Se deberá hacer un control estricto del acceso a las instalaciones, restringido a las personas debidamente autorizadas.
- En todo el centro habrá información clara y concisa de pautas de aseo y normas de comportamiento, mediante cartelera y señalética de recursos, para minimizar el riesgo de contagio, distribuidas por zonas de práctica deportiva, entrada, aseos, vestuarios y principales zonas de paso.
- Promover de forma generalizada medidas que eviten el contacto entre personas. Restringir o limitar la oferta de ciertos servicios de manera preventiva.

2.1.V - Control médico

Durante esta reincorporación en fases, es muy importante tener un control médico inicial y un seguimiento médico cercano.

- Con carácter general, no se realizarán tratamientos de masaje o fisioterapias análogas. Los servicios de fisioterapia se limitarán a lo completamente indispensable, fundamentalmente para evitar lesiones, manteniendo los máximos estándares de prevención.
- Los deportistas que no dispongan de un servicio médico en su club, federación o centro de entrenamiento, deberán buscar un médico especialista en medicina de la educación física y el deporte para que les examine y les aconseje a lo largo de todas las fases de la reincorporación, o en su defecto un profesional con experiencia médica acreditada en el deporte.

2.1.1 - Fase entrenamiento medio



2.1.1.1 General

- En esta fase se recuperarán los entrenamientos.

2.1.1.2 Medidas preventivas

- Serán semejantes a las de la fase previa, se respetarán siempre las instrucciones dictadas al respecto por el Gobierno para el acceso a espacios públicos.

- El entrenador y resto de equipo técnico llevarán siempre **maskarilla y guantes**, y guardarán una **distancia mínima de 2 metros**. Las acciones conjuntas se harán en grupos reducidos y se establecerán turnos para que coincidan en el terreno el mínimo número de personas posibles.

- Con carácter general, los deportistas **no podrán compartir ningún material**. Cualquier equipo o material utilizado tendrá que ser desinfectado tras cada uso.

- Los deportistas **no compartirán bebidas**, otros alimentos, linimentos u otros productos, incluidos los sanitarios o de primeros auxilios, necesarios para el entrenamiento.

- En ningún entrenamiento habrá personal de apoyo. Los deportistas tendrán que entrenar oportunamente equipados, y cualquier material de hidratación deberán portarlo ellos mismos.

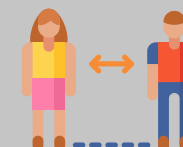
- Se seguirá minimizando en todo lo posible el uso de gimnasios y se tratará de potenciar el entrenamiento físico al aire libre.

2.1.1.3 Centros de entrenamiento

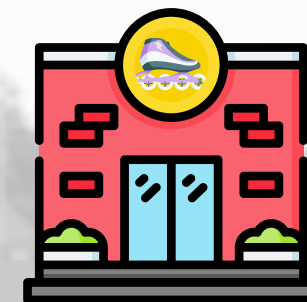
- De modo general, la instalación seguirá las medidas indicadas para la fase de entrenamiento individual o básico.

- En los lugares de entrenamiento se seguirá con un **máximo del 50% de deportistas** siempre segmentado, del que es habitual. Para ello se establecerán los turnos necesarios con **limpieza y desinfección** entre turno y turno.

- En los vestuarios, con deportistas hiperventilando, se deben respetar distancias mínimas de 6 metros entre ellos, para lo cual los responsables establecerán turnos, tratando que siempre coincidan en esos turnos los mismos deportistas.



2.III - Fase de entrenamiento total pre-competición



2.III.I - General

- En esta fase se intensificarán los entrenamientos hasta el modo precompetición.
- Esta fase será aconsejable que se realice en forma de concentración, viviendo los deportistas en centros de entrenamiento con residencia, donde puedan permanecer todo el día, entrenar y dormir; salvo excepciones plenamente justificadas.

2.III.II - Medidas preventivas



- Con carácter general se tomarán como base las medidas preventivas establecidas en la fase de entrenamiento medio, aunque con las particularidades derivadas de la intensificación de los entrenamientos, tanto individuales como en grupo.
- El entrenador y resto de equipo técnico, sin embargo, continuarán llevando siempre mascarilla y guantes, y guardarán una distancia mínima de 2 metros.
- Con carácter general, los deportistas seguirán sin poder compartir ningún material. Cualquier equipo o material utilizado para ejercicios tácticos o entrenamientos específicos o de mantenimiento mecánico y de material o equipación de seguridad, tendrá que ser desinfectado tras cada uso, y custodiado bajo llave al acabar cada sesión de entrenamiento.
- Por último, al igual que en la fase precedente, en cada sesión de entrenamiento se identificará un responsable, que reportará ante un coordinador encargado, en cada club o entidad deportiva, de la aplicación de este protocolo, cualquier incidencia.

2.III.III - Centros de entrenamiento

- De modo general, la instalación seguirá las medidas indicadas para la fase previa y de entrenamiento medio.
- Se mantendrán las medidas de seguridad en controles de acceso, de modo que solo el personal imprescindible acceda al centro, y teniendo en cuenta lo establecido precedentemente.



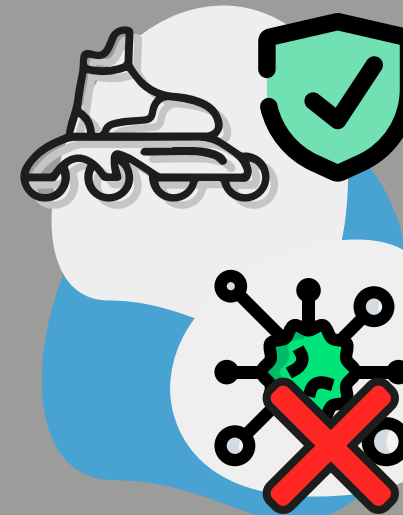
2.IV- Fase de competición

2.IV.I - General

- Llegará cuando las Autoridades sanitarias y deportivas lo decidan. Ahora es difícil concretar medidas específicas, más allá de anticipar que, por un lado, la regla general será que todas las competiciones serán en circuitos abiertos o Patinódromos, (al menos hasta que exista una garantía sanitaria que anule el riesgo que supone autorizar el acceso al público) y por otro, que las competiciones de la temporada 2020/2021 serán breves.

2.IV.II - Medidas preventivas

- El periodo mínimo entre el final de la fase de entrenamiento total precompetición y el inicio de las competiciones, debería situarse en un mínimo de 1 semana.
- En esta fase se deberá estar a lo marcado en ese momento por las Autoridades sanitarias en cuanto a medidas preventivas (uso de mascarillas, guantes y EPI, por parte de los profesionales), pero se seguirá cuidando la higiene y desinfección en general, especialmente en vestuarios y similares, en estos locales se seguirá limitando el número de deportistas con distancia interindividual de 3 metros, incluyendo las duchas.
- Se evitarán las competiciones masivas, y en todo caso se darán salidas por grupos limitados de deportistas, en el número máximo que marquen las Autoridades. Igualmente se limitará el número de personas en las llegadas, organizándose a ser posible en diferentes lugares alejados.
- Las entidades organizadoras de la competición, una vez reanudada ésta, deberán dotarse de los mecanismos necesarios para garantizar la integridad de la competición en el hipotético caso de detección de un positivo por COVID 19, sin perjuicio de la inmediata adopción de las medidas sanitarias correspondientes.
- En el caso de competición con participación de menores de edad, éstos podrán ir acompañados por un adulto, pero siempre manteniendo las distancias de seguridad y las medidas de protección e higiene que se establezcan.



3. Formato de las competencias de patinaje de velocidad.

3.I - Referente a las fechas de los torneos

- Una vez que se pueda comenzar con los entrenamientos en las pistas de patinaje, se deberá tomar un mínimo de 30 días para poder realizar una competencia que en primera instancia será de carácter local, es decir dentro de cada Federación, y teniendo en cuenta que la realidad de cada zona es diferente es probable que en una zona se comience con la actividad y en otra no.

Luego se podrá seguir con una fase regional de acuerdo a la división de zonas ya que ahí si no difieren tanto ya que se trata de zonas próximas entre sí. Recién cuando a nivel nacional todas las zonas se halla comenzado a entrenar a partir de allí a los 30 días se podrá realizar un torneo a nivel nacional, es por ello que los responsables de cada zona deberán ir informando cuando van comenzando con la actividad. Se sugiere además que en la primer competencia a nivel nacional solo participen las categorías Pre-juveniles, Juveniles y Mayores, dejando a las categorías menores para una mayor participación a nivel regional.

3.II - Referente a nivel internacional

- La participación a nivel internacional quedará sujeta a lo desarrollado en el punto anterior, ya que a nivel mundial o Panamericano la realidad de cada lugar también varía mucho, y puede haber atletas que lleven largos períodos de entrenamiento, mientras que a nivel Nacional lleven un volumen de entrenamiento muy inferior y participarían en inferioridad de condiciones.

Por ello se debe prestar mucha atención a lo mencionado a fin de evitar lesiones en los atletas, y que caigan en una baja autoestima que podría traducirse en un bajo rendimiento en otro torneo internacional futuro.





HOCKEY SOBRE PATINES

Protocolo de Nuevo Coronavirus (SARS-CoV2) - Entrenamiento

Ante el brote de la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19) que se informó por primera vez desde Wuhan, China, el 31 de diciembre de 2019, declarado emergencia de salud pública de importancia internacional (ESPII) en primera instancia y posteriormente elevado a la categoría de pandemia el 11 de marzo, la Federación Porteña de Patín dispone del presente protocolo para la prevención y control de la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19) sistematizando las acciones de retorno a los entrenamientos.

Objetivo del protocolo

Implementar las medidas de prevención, y control que permitan retomar la actividad en consonancia con la respuesta sanitaria integral necesaria para la protección de la población susceptible de COVID-19, reduciendo las complicaciones y posible mortalidad debidas al mismo y procurando además limitar la propagación de este nuevo virus, en el territorio.

Recomendaciones por escenarios

HOCKEY SOBRE PATINES



Lávate las manos frecuentemente, con una duración de al menos 30 segundos.



Evita tocarte la cara con las manos.



Mantener la distancia social/física mínima de 1,5 metros entre personas.



Al toser/estornudar, cubre tu boca con el pliegue del codo o un pañuelo descartable.

Preparando para ir al Club



Desinfecta con dilución de alcohol al 70% o lavandina diluida en agua:

- ✓ Agarraderas de tu bolso.
- ✓ Guantes (cara interna y externa)
- ✓ Cordones de tus patines
- ✓ Stick de juego

Dejar en casa cualquier tipo de anillos, pulsera o relojes.

- Tomarnos la temperatura corporal y que la misma no supere los 37,5 ° centígrados.
- No tener dolores musculares, estado de fatiga o cansancio extremo.
- No tener dolor de cabeza y/o garganta, anosmia o disgeusia (falta de olfato o gusto).



En caso de encontrar algún síntoma de los previamente mencionados descartar la salida hacia el Club e informar al Sistema de Salud según lo recomendado por el Ministerio de Salud.

Camino al Club



- Evitar en la medida de lo posible el uso de transporte público.



- De utilizarlo, asegurar mantener la distancia social de al menos 1,5 metros entre las personas.



- Desplazarnos obligatoriamente con tapa nariz-boca o barbijo social.

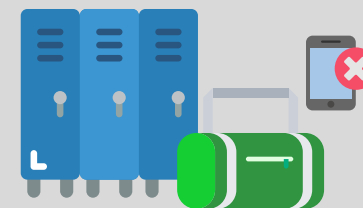


- Evitar tocarse la cara, y realizar la higiene de manos al menos cada 30 minutos (alcohol en gel o agua y jabón).



- Se recomienda evitar fumar, de esta forma evitas el contacto directo de tus manos con la cara.

Llegando al Club



- Ir al vestuario manteniendo las medidas de distanciamiento social/físico (al menos 1.5 metros) recomendadas y utilizar tapa nariz-boca o barbijo social sino se puede mantener dicha distancia social.
- En el vestuario continuar manteniendo la distancia social de 1,5 metros de otras personas. Si no fuese posible, deberás continuar usando en tapa nariz-boca o barbijo social.
- Evita tocar armarios y/o guardarropas. Si así no fuese posible, recordar el lavado de manos frecuente y evitar tocarte la cara con las manos.
- Completa tu vestimenta antes de salir del vestuario (incluidos los guantes de juego).
- Lleva tu bolso contigo hacia el recinto de juego.
- Dejar el celular en el bolso y evitar usarlo hasta terminar el entrenamiento.
- El saludo con tus compañeros / Técnico será a la distancia de 1,5 metros sin contacto de manos.

Parte técnica - táctica

• El técnico deberá:

- Asegurar distancia entre los jugadores de 1,5 metros.
- Utilizar tapa nariz/boca para romper dicha distancia.
- En todas las acciones se deberá mantener la **distancia social de 1,5 metros**.
- Cada jugador deberá tener una **toalla de uso personal** para limpieza de cara, evitando que entre en contacto con superficies sucias como pasamanos de ser posible dejarla **dentro de una bolsa plástica limpia**.
- La toalla deberá estar marcada en una de sus caras que servirá como referencia para ser tomada al momento de ejercer limpieza en el rostro (realizar la limpieza con la cara opuesta a la marca mencionada).

- El uso de **tapa nariz/boca o barbijo social es obligatorio durante todo el entrenamiento**. (Se sabe que la aerolización que genera el ejercicio aumenta la necesidad de distanciamiento social, razón por la cual se sugiere utilizar tapa nariz/boca).
- **Evitar cualquier roce** o situación que atente contra el distanciamiento físico entre jugadores durante el desarrollo del entrenamiento.
- **Se desaconseja fuertemente el uso del silbato** por parte del técnico.



Desarrollo del juego

- Mantener tapa nariz/boca tanto técnico como jugadores.
- Evitar cualquier festejo de gol.
- En cualquier situación de juego parado intentar mantener la distancia social de 1,5 metros.
- Los jugadores en espera fuera del recinto de juego deberán mantener la distancia social/física de 1,5 metros

Finalización del entrenamiento

- Evitar romper con el distanciamiento de al menos 1,5 metros.
- Retirarse los guantes de juego, colocarlos en un bolsillo apartado del bolso y lavarse las manos inmediatamente luego de quitarlos o utilizar alcohol en gel.
- Tomar el bolso y dirigirse al vestuario.
- Se sugiere la posibilidad de dirigirse hacia su domicilio sin ingresar al vestuario
- Evitar en lo posible el uso de las duchas.
- Evitar el uso de teléfono celular hasta que hayamos podido lavar las manos correctamente.
- Colocar Patines y Protecciones en bolsa de residuos.

Regreso a casa



- De ser posible, se sugiere evitar el uso de transporte público. De tener que usarlo, mantener la distancia social entre las personas y utilizar el tapa boca-nariz o barbijo social.



- Las medidas de limpieza de manos, no tocarse la cara y de una adecuada forma de toser o estornudar, deben mantenerse en todo momento.



- Ni bien llegues a tu casa desinfecta el calzado, llaves y celular que usaste con dilución de alcohol al 70% o lavandina diluida en agua.



- Se recomienda lavar la ropa que usaste.



- Ventilar los Patines y Protecciones desechando la bolsa de residuos utilizada.

- Lavarse las manos con una duración de al menos 30 segundos, seguidamente lavarse la cara y preferentemente tomar un baño de cuerpo entero.

RECORDATORIO

- 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.
- **El uso de tapa nariz/boca es obligatorio** en caso de no poder mantener el distanciamiento físico y fundamental para realizar actividades físicas.
- Es de vital importancia la **responsabilidad social y personal de reportar los síntomas compatibles a la definición de caso sospechoso**, y en igual medida cumplir con las medidas de aislamiento en caso de ser contacto estrecho de un caso.
- **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.**
- En igual medida, se recomienda **evitar actividades en convivientes de personas con alto riesgo a formas graves de COVID-19.**



IN-LINE HOCKEY

1

Introducción y Capacitación

2

Recomendaciones preventivas generales

3

Movilización de los deportistas al lugar de entrenamiento

4

Entrenadores, cuerpo técnico y asistentes

5

Acompañantes, padres y tutores

6

Recomendaciones generales de limpieza y desinfección

7

Limpieza y desinfección interna de vehículos

8

Detección de casos sospechosos COVID-19

9

Uso correcto de barbijos

10

Uso de pista

1. Introducción

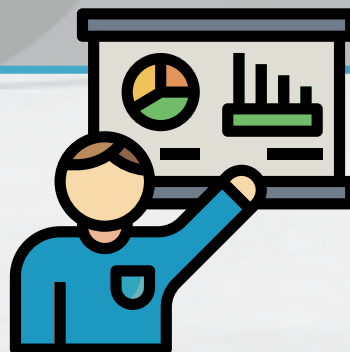


El coronavirus (COVID-19) es un virus nuevo, desconocido anteriormente en las patologías humanas, se transmite por vía respiratoria a través de las gotas de más de 5 micras por tos, estornudos, contacto directo entre personas y el periodo de incubación puede variar entre 2 y 14 días.

Debido a la gravedad del virus en este protocolo se determinarán las recomendaciones generales y específicas a tener en cuenta y el modo de desarrollo de las prácticas para nuestros deportistas.

Capacitación

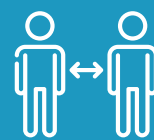
Los responsables de cada institución capacitarán a la totalidad del personal, deportistas, entrenadores, padres y toda persona que intervenga en proceso de entrenamiento, sobre el Protocolo de Prevención del Coronavirus COVID-19 y acciones de educación sanitaria adoptadas, en cumplimiento de las previsiones del Decreto N° 351/79 y N° 1338/96.



2. Recomendaciones preventivas generales

1. Lavarse las manos con abundante agua y jabón periódicamente antes y después, de la práctica deportiva Y después de utilizar instalaciones.
2. Limpiar las superficies regularmente.
3. Si tose o estornuda, cúbrase con el pliegue del codo.
4. Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.
5. Guarde distancia, mínimo 2 metros.
6. No están autorizados los mayores de 60, embarazadas o quienes tengan afecciones crónicas conforme a la resolución 207/2020, prorrogada por la resolución 296/2020. (para deportistas, entrenadores, asistentes, dirigentes)
7. Se recomienda, el uso de descartables al ingerir agua o infusiones. No se deben compartir vasos, platos ni cubiertos, cada operario se lleve su vaso, cubiertos, mate o infusión.

8. El ingreso al sector de baños debe realizarse de a una persona por vez y realizar la higiene de manos correspondiente al salir del mismo.
9. Al final de cada turno de trabajo, se debe rociar el sector y/o herramienta utilizada con un aspersor con material desinfectante provisto por el club. Desinfección de espacios comunes (baños, pasillos, lugares de merienda / desayuno), se debe rociar con solución agua con lavandina
10. Se contará con alcohol en gel en diferentes sectores de trabajo y baños, así como jabón en los sanitarios.
11. Las instalaciones deberán contar con el agua necesaria y los elementos de desinfección necesaria para poder llevar a cabo las medidas de limpieza e higiene.



3. Movilización de los deportistas al lugar de entrenamiento



1

Al movilizarse hacia la organización, a su domicilio o algún lado en particular, el deportista debe contar con autorización de circulación provista por autoridad competente y el club a donde pertenece, junto con DNI.

2

Al subir al colectivo higienizarse con alcohol en gel.

3

Evite tocar pasamanos, ventanillas y asientos con la mano.

4

- De ser posible, sentarse en asientos separados.

5

Al bajar del colectivo, realizarlo de a uno, respetando la distancia correspondiente.

6

En caso de movilizarse hacia el establecimiento en vehículos propios, deberán contar con la higiene obligatoria de los vehículos y no portará más de dos personas.

4. Entrenadores, cuerpo técnico y asistentes

1. Respetar la distancia en la jornada de trabajo mínimo de 2 metros. Para respetar esta distancia, ningún elemento como elementos y/o documentación deben entregarse en mano, sino apoyándolos de modo temporal sobre mesa o estante.
2. Se realizará el control de la temperatura a toda persona sin excepción, que participe de los entrenamientos, si la misma supera los 37°C, llamar al servicio de emergencia de acuerdo a cada localidad.
3. La totalidad de los deportistas y cuerpo técnico, debe **higienizarse con agua y jabón/alcohol en gel/solución de lavandina** al momento del ingreso a pista o sector de entrenamiento.
4. Utilizar, además de los elementos de **protección personal** correspondientes para cada proceso, los respectivos para este caso (casco con visera).
5. **Mantener el orden e higiene del sector en forma permanente.**
6. Se realizará un refrigerio por turno de trabajo en los horarios habituales de merienda, evitando formar grupos de personas.
7. Al finalizar el turno de trabajo se deberá **higienizar el puesto de entrenamiento.**
8. Al momento de dejar el establecimiento deberá **lavar sus manos.**
9. Deberán **higienizar también la indumentaria de entrenamiento antes y después de su uso.**
10. Cuando las circunstancias lo requieran deben utilizar, **anteojos/antiparras/barbijos.**
11. Al regresar a sus casas deberán **desinfectar la ropa utilizada, los botines y ducharse.**



5. Acompañantes, padres y tutores

1. La totalidad de las visitas deberán higienizarse con alcohol en gel al momento del ingreso.
2. Se realizará el control de la temperatura a todas las visitas sin excepción alguna, si la misma supera los 37°C, llamar AL NÚMERO DE EMERGENCIA DE CADA LOCALIDAD
3. A las personas que ingresen al club, se les indicará un sector especial de recepción. Al finalizar, el personal, previo procedimiento de desinfección, lo ingresará al club. RECOMENDACIONES PARA TODAS LAS ÁREAS EN GENERAL En caso de haber estado en contacto con personal proveniente del extranjero deberá ser informado inmediatamente. Al regresar a su hogar deberá desinfectar sus zapatos, realizar el lavado de ropa y tomar una ducha. También puede optar por rociar la misma con alcohol diluido en agua (70% de alcohol y 30% de agua) o solución con lavandina (para 1 Lt. Litro de solución colocar 80 ml de lavandina y agregar 920 ml de agua).



6. RECOMENDACIONES GENERALES DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN COVID-19 INDICACIONES



• Las superficies de alto contacto con las manos o superficies “altamente tocadas”, deben ser limpiadas y desinfectadas con mayor frecuencia que las superficies que tienen mínimo contacto con las manos o “poco tocadas”. La higiene de espacios físicos requiere friccionar las superficies para remover la suciedad y los microorganismos presentes, necesitando un proceso de desinfección exclusivamente en aquellas zonas que tomaron contacto con manos del personal. Previo a todo proceso de desinfección, es necesaria la limpieza exhaustiva. La limpieza debe ser húmeda, se prohíbe el uso de plumeros o elementos que movilicen el polvo ambiental. No se utilizará métodos en seco para eliminar el polvo. Las soluciones de detergentes y los agentes de desinfección como hipoclorito de sodio (lavandina) deben prepararse inmediatamente antes de ser usados. No se debe mezclar detergente u otros agentes químicos con hipoclorito de sodio (lavandina), ya que se podrían generar vapores tóxicos, irritantes para la vía respiratoria, entre otros efectos y se inactiva la acción microbicida. La limpieza del área deberá comenzarse desde la zona más limpia concluyendo por la más sucia y desde las zonas más altas a las más bajas. PRODUCTOS DE LIMPIEZA · Detergente de uso doméstico · Hipoclorito de sodio (Lavandina Concentrada) LIMPIEZA SEGÚN TIPO DE SUPERFICIE Hacer mayor hincapié en la limpieza y desinfección regularmente de las siguientes superficies: · Puertas · Ventanas · Vidrios · Inodoros, lavatorios, duchas y cerámicos del baño · Teléfonos · Picaportes · Llaves de luces · Elementos de protección personal · Herramientas · Y de todo lugar, superficie o elemento altamente tocado TÉCNICAS DE LIMPIEZA · Limpieza con detergente: Prepare una solución con cantidad de detergente de uso doméstico suficiente para producir espuma y agua tibia, en un recipiente de volumen adecuado. Sumerja un paño en la solución preparada, escurra y friccione las superficies a limpiar, en una sola dirección desde arriba hacia abajo, o de lado a lado, sin retroceder. Siempre desde la zona más limpia a la más sucia. Descarte la solución de detergente. Reemplace por agua limpia. Enjuague el paño, embéballo en agua limpia y enjuague la superficie. · Limpieza y Desinfección con hipoclorito de sodio (lavandina): Para realizar la desinfección prepare solución de hipoclorito de sodio, embeba el paño y páselo por la superficie a desinfectar.

7. LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN INTERNA DE VEHÍCULOS INDICACIONES



• Posición del vehículo: apagar motor, ajustar freno de manos, retirar llave y colocarla en tablero, subir ventanillas. 1- Para limpiar el vehículo, deberá utilizar los siguientes elementos: • Barbijo • Guantes descartables (nitrilo) • Antiparras • Botines con punta de acero 2-Limpieza del interior del vehículo en forma habitual paños húmedos en partes duras y blandas del habitáculo principal del mismo. Evitar el uso de escobillas o cepillos, evitando levantar polvo. 3-Preparar solución de agua y lavandina. Rociar utilizando aplicadores manuales en tapizados, manijas de apertura interna, levanta cristales, tablero, torpedo, freno de mano, palanca de cambios, radios, pedaleras. Repasar con paño limpio y humedecido con la solución preparada en las partes duras. 4-Encender el vehículo, luego el sistema de aire acondicionado del vehículo o el sistema de ventilación en modo recirculación y pulverizar debajo del tablero /torpedo para que ingresen las micro gotas de la preparación y desinfecte el sistema de circulación de aire. 5-Mantener encendido el vehículo, apagar el aire acondicionado y encender la calefacción al máximo durante 5 minutos, con las puertas y cristales cerrados. 6-Apagar el sistema de calefacción y dejar ventilar el vehículo con las puertas y cristales abiertos.

8. DETECCIÓN DE CASOS SOSPECHOSOS COVID-19 OBJETIVO



• Detectar previo al ingreso al establecimiento, aquellas personas con posibles síntomas de infección. ALCANCE Todo el personal que requiera el ingreso al club (trabajadores en relación de dependencia, subcontratados, proveedores, clientes). RESPONSABILIDADES La dirección del establecimiento es responsable de brindar los recursos necesarios para el cumplimiento de los requerimientos indicados, mantenerlos durante la situación de emergencia y hacer cumplir el presente procedimiento. Es responsabilidad de todo el Personal cumplir el presente procedimiento. DEFINICIONES Casos sospechosos de infección, son aquellas personas que: · Presenten síntomas (fiebre y tos, dolor de garganta, falta de aire) · Hayan viajado internacionalmente en los últimos 14 días · Hayan tenido contacto estrecho con un caso confirmado o una persona bajo investigación por COVID-19. Contacto estrecho: · Cualquier persona que haya permanecido a una distancia menor a 2 metros (ej. convivientes, visitas) con un caso probable o confirmado mientras el caso presentaba síntomas.

VERIFICACIÓN INICIAL

Previo al ingreso, se realizarán las siguientes preguntas las cuales serán consideradas como declaración jurada:



¿Ha viajado internacionalmente en los últimos 14 días?

¿Ha tenido contacto con un caso confirmado o una persona bajo investigación por COVID-19?

¿Actualmente usted presenta síntomas no habituales como: fiebre, tos, dolor de garganta o falta de aliento?



Si todas las respuestas fueron negativas no es considerado como caso sospechoso por ende **podrá ingresar al establecimiento.**



Si ha respondido afirmativamente alguna de las preguntas anteriores, la persona es considerada como un **posible caso sospechoso.**

CASOS SOSPECHOSOS

En caso de detectar caso sospechoso se deberá:

- Aislar a la persona
- Entregar barbijo si no lo tuviera
- Evitar tocar sus pertenencias
- Llamar al número de emergencias, e informar que hay una persona considerada caso sospechoso de COVID19.
- Evitar contacto hasta que el sistema de emergencia de las indicaciones correspondientes.
- Lavar las manos con agua y jabón, y/o alcohol en gel.

Acciones posteriores:

Una vez que la persona es considerada sospechosa y se retiró de las instalaciones, se deberá realizar la limpieza y desinfección de todas las cosas que hayan estado en contacto con ella ej: (picaportes, sillas, escritorios, etc).



9. USO CORRECTO DE BARBIJOS



- Antes de iniciar el proceso de colocación de un protector respiratorio lávese las manos con agua y jabón, o con alcohol en gel o alcohol al 70%. Es fundamental garantizar la higiene y desinfección de las manos.

- Para verificar que el protector respiratorio se encuentre correctamente colocado posicione las manos como se indica en el punto 5, inhale y exhale suavemente, de ser necesario ajuste el pliegue de la nariz o los elásticos. También se debe tener en cuenta:

- Los protectores pierden su efectividad si se utilizan con barba o bigote.
- Nunca manipular la máscara con las manos sucias.
- Los protectores deben ser retirados a través del elástico y sin tocar su frente.

10. USO DE PISTA

El retorno a la actividad debe priorizar a aquellos que deban competir en eventos internacionales o nacionales, respetando en todos los casos la normativas sanitarias de cada lugar, priorizando la seguridad sanitaria, respetando las normativas Nacionales, Provinciales y Municipales.

- 1. Se deberá dividir en 10 zonas la pista, para que en cada una de ellas haya un SOLO deportista, con distancia mínima de un Stick con el brazo extendido entre cada uno. 10 Mts 2 por jugador aproximadamente**
2. El entrenador deberá estar con barbijo TAPA BOCA y a distancia de 2,5 mts. como mínimo de los jugadores,
3. No podrán realizar ejercicios de contacto, por ejemplo Partido, ni ejercicio de marca personal.
4. Podrán realizar movimientos de conjunto como pases, coordinación de no más de dos deportistas y tiros al arquero.
5. Ejercicios de patín individual conservando las distancias preventivas
6. Acondicionamiento físico, con dirección de un profesional en la materia.-
7. Contar con certificado de aptitud física expedido por Médico y permiso de su Club por escrito.
8. No utilizar vestuarios, preferentemente.
9. No ducharse en las instalaciones.
10. Desinfectar equipo, e indumentaria luego de cada entrenamiento.
11. Informar en caso presentar síntomas de fiebre a su entrenador antes y después entrenar
12. Embarazadas, Mayores de 60, Con patologías preexistentes, no podrán entrenar.
13. Contar con espacios para cambiarse que posibiliten las distancia segura entre cada deportistas mínimo 10 Mts 2 por cada uno.
14. Seguir todos los pasos previos de higiene preventivo al ingreso de las instalaciones de acuerdo lo expuesto precedentemente.





IN-LINE FREESTYLE

Teniendo siempre en cuenta en forma escalonada los lineamientos y consensos a Nivel Nacional, Provincial, Municipal y Distrital, presentamos esta propuesta para la correcta práctica de Inline Freestyle.

1

Áreas de patinaje en espacio Público y Espacio designado por los clubes, llamando Playón a cualquiera de las dos áreas - Consejos y orientación para la reapertura de playones municipales y áreas de Patinaje de Clubes, incluyendo la instalación, personas, equipos, limpieza e higiene, etc.

2

Clubes privados- Consejos y orientación para la reapertura de áreas de patinaje incluyendo la instalación, personas, equipos, limpieza e higiene, etc.

3

Patinadores - Consejos y orientación práctica segura de los patinadores incluyendo el distanciamiento social, equipos, higiene, etc.

Consideraciones para “COVID-19 Playones” SEDES A CIELO ABIERTO y CUBIERTOS

- Asegurar que las reglas del “COVID-19 FREE Playones” estén visibles, sean sumamente claras y se comuniquen a todos los patinadores (cartelera en el lugar y si es posible contactar previamente a los participantes vía e-mail con flyers, propaganda, etc.)
- Mantener un registro con los detalles de contacto de todos los patinadores 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 (determinar una capacidad máxima)

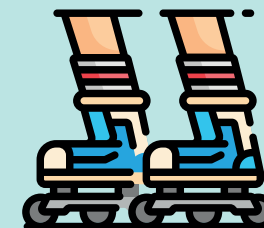
Horarios programados con reserva previa.

Aplicación CUIDAR, brindada por la Presidencia de la Nación.

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: si presenta tos, fiebre de 37.5° o más, dolor de garganta, dificultad para respirar, pérdida del sentido del olfato o gusto o si en los últimos 14 días ha estado en contacto con personas con diagnóstico confirmado. Filtro realizado por Responsables a cargo del Playón a modo de declaración jurada.



- 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 Playón.
 - No se utilizaran vestuarios Públicos.
 - Llevar a cabo una limpieza y desinfección extensa diaria de todo el Playón.
- No olvidar el aseo entre sesiones (diagramarlas con horarios establecidos y tiempos adecuados).
- Higienizar los conos y demás elemento al acomodarlos en el piso, durante el transcurso del entrenamiento e higienizarlos al retirarlos
 - Proporcionar estaciones desinfectantes / sanitizantes bien señalizadas en la entrada, salida y dentro del Playón
 - **Asegurar que todo el personal de STAFF esté provisto de EPP.**
 - Prohibir la venta alimentos y bebidas dentro del Playón
 - Los patinadores que practiquen slalom deberán respetar las pasadas de a un patinador por turnos, el resto deberá respetar el distanciamiento tanto de la línea de conos como del resto de los presentes dentro del Playón.
 - Prohibir el alquiler de equipos dentro del Playón.
 - Crear una estrategia de servicios de emergencia. Como disponer del mismo de manera eficaz para resolver cualquier evento dentro y fuera del Playón.