



PROTOCOLO DE MEDIDAS FRENTE A LA COVID 19 PARA EVENTOS, COMPETICIONES Y ENTRENAMIENTOS DEPORTIVOS

Versión 2 12 de diciembre 2020

INTRODUCCIÓN

Ante la crisis sanitaria ocasionada por la COVID-19, que ha supuesto una situación de emergencia de salud pública y pandemia internacional, los hábitos sociales, nuestras relaciones y actividades con otras personas, y concretamente, nuestras actividades deportivas, deben adaptarse a las previsiones que las diferentes Administraciones Públicas establezcan, ya sea en las diferentes normativas ya sea en recomendaciones y protocolos de actuación frente a la COVID-19 y, todo ello en beneficio de la salud pública, de la ciudadanía y de poder desarrollar y disfrutar de nuestras relaciones y actividades sociales y deportivas con la mayor garantía posible.

1. Medidas Genéricas. Página 3.

2. Datos específicos de competiciones y eventos deportivos. Página 3

3. Medidas generales de higiene y prevención. Página 4

4. Medidas en entrenamientos, eventos y competiciones Página 5

- *Medidas comunes. Página 5*
- *Medidas para espectadores en entrenamientos, eventos y competiciones Página 7*
- *Medidas para deportistas, monitores, entrenadores, árbitros, jueces y personal de organizador instalación. Página 7.*
- *Medidas en entrenamientos- Cuando sea posible se ampliarán la distancia mínima de 1,5 metros. Página 8.*
- *Medidas en eventos, entrenamientos, eventos, competiciones para aislamiento. Pág. 8*

5. Medidas en piscinas deportivas. Página 9

6. Utilización de Alojamientos para eventos y competiciones. Página 10.

7. Transporte de participantes. Página 10.

8. Especialidades por modalidad/especialidad deportiva. Página 11.

9. Anexos. Página 12

- *Higiene manos*

- *Mascarillas*
- *Formulario de localización personal y declaración personal*
- *Recomendaciones según modalidades deportivas y posible riesgo de transmisión.*

- **Medidas Genéricas**

1.1. **Las Federaciones Deportivas, las Entidades Locales y otras Entidades organizadoras** de eventos y competiciones deportivas, incluidos sus entrenamientos, así como todo el personal propio y ajeno que interviene y los Titulares de las instalaciones donde se desarrollan estas actividades físico deportivas:

- **Deberán adoptar todas las medidas necesarias** para evitar la generación de riesgos de propagación de la enfermedad de la COVID-19, así como la propia exposición a dichos riesgos.

- **Deberán respetarse las medidas de seguridad e higiene** establecidas por las autoridades sanitarias para la prevención de la COVID-19.

1.2. **Los participantes** (clubes, colegios, otras entidades, deportistas, monitores, entrenadores, árbitros jueces, etc.) **deben cumplir con las medidas** que se adopten de conformidad con el apartado 1.1

1.3. Se deberá mantener la **DISTANCIA DE SEGURIDAD INTERPERSONAL** establecida de, **al menos, 1,5 metros y, si esto no resulta posible será obligatorio el uso de mascarilla** según lo dispuesto en el artículo 6 del Real Decreto-ley 21/2020, de 9 de junio.

Se recomienda a espectadores, participantes, personal del evento, competición o entrenamiento, cuando no están realizando la actividad físico-deportiva, el **uso de mascarilla aun cuando se cumpla la distancia mínima.**

1.4 Todas las personas deben que **extremar la limpieza de manos, no tocarse cara, ojos, ni nariz, no saludarse con contacto, toser en flexura de codo y mantener higiene respiratoria.**

1.5 A todas las personas se le recomienda, **al volver a su domicilio** guardará la ropa en una bolsa biodegradable y cerrarla herméticamente para proceder a su lavado, al menos a 60º, desinfectar con gel o pulverizador hidroalcohólico con virucida, en su caso, el resto de equipo deportivo que haya usado (no olvidar desinfectar las zapatillas con un desinfectante hidroalcohólico con viricida, incluyendo las suelas).

1. 6 Se recomienda **antes de acceder** a lugares o instalaciones de eventos, entrenamientos y competiciones el **CONTROL DE TEMPERATURA, no superando el 37,5 º C º para poder acceder.**

1.7 Lo no previsto en cualquier ámbito en este protocolo se recomienda aplicar el Real Decreto-ley 21/2020, de 9 de junio y el Acuerdo 29/2020, de 19 de junio.

- **Datos específicos de competiciones y eventos deportivos**

- Curso para entrenadores FDICYL “preparación física adaptada al Esquí” se realizará en Villablino el día 2 de agosto en horario de mañana (8:00h a 14:00h) y tarde (16:00h a 21:00h). Se realizará en las instalaciones municipales. Previsión de participantes: 20 entrenadores, 8 deportistas y 2 profesores.
- Test preparación física deportistas del centro de tecnificación: Se realizará en Villablino el día 1 de agosto en horario de mañana (8:00h a 14:00h) .Se realizará en las instalaciones municipales .Previsión de participantes : 25 deportistas y 3 entrenadores.
- Test preparación física deportistas del centro de tecnificación: Se realizará en Béjar fecha por determinar en fin de semana de otoño. Se realizará en las instalaciones de la junta de Castilla y León en el albergue de Llano Alto en Béjar. Previsión de participantes: 25 deportistas y 3 entrenadores.
- Test y entrenamientos de preparación física del centro de tecnificación en CEAR de León o instalaciones de la ULE, o gimnasios concertados, durante la pretemporada y temporada según calendario de planificación. Previsión de participantes: 25 deportistas y 3 entrenadores.
- Entrenamientos CTDDICYL en Alpes: Se realizará en el glaciar de los Alpes a determinar, en otoño (fecha aún sin determinar) durante una semana. Previsión de participantes: 16 deportistas y 2 entrenadores.
- Entrenamientos en Madrid Snow Zone: Se realizará en la pista indoor de Madrid Snow Zone en las fechas:
 - 17 Y 18 de octubre de 2020
 - 7 y 8 de noviembre de 2020
 - 28 y 29 de noviembre de 2020Previsión de participantes: 16 deportistas y 2 entrenadores.
- Entrenamientos en Masella –Molina: Se realizará en las estaciones de esquí de Masella y La Molina. En la semana del 13 al 19 de diciembre. Previsión de participantes: 24 deportistas y 3 entrenadores.
- Entrenamientos oficiales organizados por la FDICYL (según calendario en Anexo) en las estaciones de esquí de San Isidro , Leitariagos y Sierra de Béjar.
- Organización de Competiciones oficiales incluidas en calendario de la Federación Española de Deportes de Invierno se registrarán por el “protocolo de actuación para la vuelta de competiciones oficiales de ámbito estatal y carácter no profesional” del C.S.D.

Persona de contacto para temas relacionados con Covid-19 en la FDICYL: Jaime Sánchez Ferrero, fdicyl@fdicyl.es.

- **Medidas generales de higiene y prevención.**

- 3.1 Las instalaciones y lugares donde se realicen eventos, actividades, competiciones y entrenamientos deportivos se debe asegurar, por titulares y en su defecto organizadores, que se adoptan las **medidas de limpieza y desinfección** adecuadas, con especial atención a las zonas de uso común y a las superficies de contacto más frecuentes como pomos de puertas, mesas, muebles, pasamanos, suelos, teléfonos,

- perchas y otros elementos de similares características, y se llevará a cabo conforme a las pautas del Acuerdo 29/2020.
- 3.2 Se procurará que los **equipos, material, de instalaciones, entrenamientos, competiciones, herramientas, cualquier otro, empleados sean personales e intransferibles**. En el caso de aquellos equipos que deban ser manipulados por diferente personal, se procurará la disponibilidad de materiales de protección o el uso de forma frecuente de geles hidroalcohólicos o desinfectantes –con virucida-con carácter previo y posterior a su uso.
 - 3.3 Deben realizarse tareas de **VENTILACIÓN PERIÓDICA** en las instalaciones cubiertas donde se realicen eventos, actividades, competiciones y entrenamientos deportivos y, como mínimo, de forma diaria y durante el tiempo necesario para permitir la renovación del aire.
 - 3.4 En el caso de que en las instalaciones donde se realicen eventos, actividades, competiciones y entrenamientos deportivos dispongan de **ASCENSOR O MONTACARGAS, se utilizarán preferentemente las escaleras**. Cuando sea necesario utilizarlos, su **ocupación máxima será de una persona** (por personas con adaptación, lesionadas o transportando pesos), salvo que se trate de personas convivientes o que empleen mascarillas todos los ocupantes.
 - 3.5 En las instalaciones donde se realicen eventos, actividades, competiciones y entrenamientos deportivos, la **ocupación máxima para el uso de los aseos y vestuarios**, será de una persona para espacios de hasta **cuatro metros cuadrados**, salvo en aquellos supuestos de personas que puedan precisar asistencia; en ese caso, también se permitirá la utilización por su acompañante. Para aseos de más de cuatro metros cuadrados que cuenten con más de una cabina o urinario, la ocupación máxima será del **50%** del número de cabinas y urinarios que tenga la estancia, debiendo mantenerse durante su uso la distancia de seguridad interpersonal. Deberá reforzarse la limpieza y desinfección de los referidos espacios garantizando siempre el estado de salubridad e higiene de los mismos.
 - 3.6 En aquellas competiciones y eventos deportivos con entradas, tickets, etc., se promoverá el **pago con tarjeta u otros medios que no supongan contacto físico con dispositivos**, así como la limpieza y desinfección de los equipos precisos para ello.
 - 3.7 En las instalaciones donde se realicen eventos, actividades, competiciones y entrenamientos deportivos, **se dispondrá de papeleras- SE RECOMIENDA CON PEDAL O ABIERTAS- para depositar pañuelos y cualquier otro material desechable, que deberán ser limpiadas de forma frecuente durante la competición o evento**.
 - 3.8 Aquellos materiales que sean suministrados a los participantes durante el desarrollo de la actividad y que sean de uso compartido deberán ser **desinfectados después** de cada uso.
 - 3.9 En aquellos eventos, actividades, competiciones y entrenamientos deportivos en los que haya la prestación del servicio en los establecimientos de hostelería y restauración se deberá prever las medidas en esta materia establecidas en el Acuerdo 29/2020, de 19 de junio
 - 3.10 **Este PROTOCOLO DEBE ESTAR EN LA WEB de la entidad organizadora y a disposición de la autoridad sanitaria, en formato de documento físico o digital.**
 - 3.11 Este **PROTOCOLO DEBE COMUNICARSE** a los deportistas, monitores, entrenadores y equipos participantes
 - 3.12 **CONTROL DE LA SALUD (deportistas, técnicos, directivos, etc.)**. Se recomienda REALIZAR y se basa en las siguientes medidas:
 1. Realización de un **examen de salud previo**, antes de reinicio de los entrenamientos y competiciones, para comprobar el estado del deportista. Si el deportista no tiene

problemas médicos, se le darán indicaciones al preparador físico, monitor o entrenador para que adapte el entrenamiento a la situación particular de cada deportista.

2. El examen se realizará **conforme a lo establecido en la Resolución de 4 de mayo de 2020, de la Presidencia del Consejo Superior de Deportes**, por la que se aprueba y publica el Protocolo básico de actuación para la vuelta a los entrenamientos y el reinicio de las competiciones federadas y profesionales.
3. En caso de que el deportista o miembro de la entidad deportiva **muestre síntomas o signos sospechosos**, habrá que remitirlo de inmediato al sistema de salud para su manejo adecuado.
4. **Cumplimentación de una plantilla diaria**, por parte del interesado, en la que anote temperatura, síntomas y tolerancia al entrenamiento realizado. La persona debe ser responsable de comunicar al servicio médico o de la entidad deportiva o a su médico cualquier signo de sospecha de la enfermedad, en cuyo caso no acudirá al próximo entrenamiento y esperará instrucciones del médico de la entidad deportiva.

- ● **Medidas en entrenamientos, eventos y competiciones**

Medidas comunes

4.1 Con carácter general, **NO SE COMPARTIRÁ NINGUN MATERIAL** y, si esto no fuera posible, se garantizará la presencia de elementos de higiene para su uso continuado, geles o pulverizadores hidroalcohólicos con virucida con (pelotas, balones, volantes, discos, relevos, piraguas, bicicletas...)

4.2 Las **bolsas, mochilas o efectos personales** sólo se podrán dejar en los espacios habilitados para ese fin, se recomienda guardarlas en bolsas tipo basura con cierre

4.3 Los deportistas **no podrán compartir alimentos, bebidas o similares**.

4.4 **Antes de entrar y al salir del espacio asignado**, deberán limpiarse las manos con los hidrogeles o pulverizadores con virucida que deberán estar disponibles en los espacios habilitados al efecto. Los **técnicos, monitores o entrenadores** deberán mantener la **distancia de seguridad interpersonal en las instalaciones o, en su defecto, utilizar mascarilla, siendo recomendable utilizarla en todo momento**.

4.5 **Se utilizará la mascarilla durante el tiempo de circulación entre espacios comunes en las instalaciones**.

4.6 Deberán tomarse las medidas necesarias para **EVITAR LA AGLOMERACIÓN** de espectadores y acompañantes:

- **salidas y entradas a instalaciones distintas**, en la medida de lo posible
- **salidas y entradas de diferentes zonas, en la medida de lo posible, distintas**.
- **circulación de participantes y espectadores por la derecha**.
- **Restringir movimientos** de todas las personas, **fijar zonas** de participantes y espectadores



- 4.7 En el caso de los entrenamientos, competiciones o eventos que se celebren en instalaciones deportivas, podrán desarrollarse con público siempre que este permanezca sentado y que no se supere el **75% del aforo permitido**, con un límite máximo de **500 personas para lugares cerrados y de 1.000 personas** tratándose de actividades al **aire libre**.
- 4.8 **Se evitará** dar la mano o abrazarse, o tocarse la boca, la nariz o los ojos.
- 4.9 Se colocará **cartelería con información** tanto de medidas preventivas como de pautas a seguir por los asistentes a una competición.
- 4.10 **Uso de la megafonía y las pantallas** para informar sobre todas las medidas sanitarias y de protección que se deben seguir.
- 4.11 Se facilitará **información a los participantes** a través de todas las plataformas: megafonía, Web, plataformas digitales, pantallas, redes sociales.
- 4.12 **Es conveniente:**
- La desinfección de suelas,
 - No utilizar los secadores de pelo y manos
 - Precintar las fuentes de agua y promover el uso individual de botellas de agua o bebidas isotónicas.
 - Saunas secas, baños de vapor y recintos termales en general se mantendrán cerrados.
- 4.13 **TODOS LOS PARTICIPANTES DEBEN ENTREGAR DOCUMENTO DE DATOS DE CONTACTO E IDENTIFICACIÓN y DECLARACIÓN RESPONSABLE. Ver ANEXO**
- Para la posibilidad que las autoridades sanitarias identifiquen la necesidad de realizar trazabilidad de contactos.
 - Incluya declaración responsable de no haber estado en contacto los últimos 15 días con personas con Covid 19
 - Fomentar documento de identificación y datos de contacto de participantes –obligatorio- y de espectadores
 - Fomentar que el documento sea telemático

Medidas para espectadores en entrenamientos, eventos y competiciones

- 4.14 Deberán **respetar el protocolo** realizado por organizador/instalación de forma estricta.
- 4.15 Mantener la distancia de seguridad interpersonal y uso de mascarilla.
- 4.16 Cubrirse la boca y nariz con el codo antes de toser o estornudar.
- 4.17 Utilizar pañuelos de papel desechables.
- 4.18 No realizar cualquier otro tipo de contacto (choques de manos, saludos, abrazos).
- 4.19 Se guardará la distancia social vigente (mínimo 1,5 metros de distancia).
- 4.20 restringir los movimientos de los espectadores durante la celebración de la competición, entrenamiento, evento, **ESPECIFICAR ZONAS Y USO**.
- 4.21 Se priorizará la circulación de los espectadores sean en un único sentido y siempre por la derecha
- 4.22 **Las salidas del lugar de la competición deben realizarse de forma escalonada**. Para ello, cuando exista, desde megafonía se harán las



recomendaciones de abandono del lugar, la forma de realizarlo y la puerta o zona por donde se debe abandonar la instalación.

4.23 Documento de trazabilidad y declaración responsable- en web y telemático

4.24

Medidas para deportistas, monitores, entrenadores, árbitros, jueces y personal de organización / instalación

4.25 ACTIVIDAD NO FEDERADA SE REALIZARÁ CONFORME AL APARTADO 3.19 ACUERDO 19/2020, sin perjuicio posibles modificaciones o variaciones.

4.26 ACTIVIDAD FEDERADA PONER 3.20 ACUERDO 19/2020 SE REALIZARÁ CONFORME AL APARTADO 3.19 ACUERDO 19/2020, sin perjuicio posibles modificaciones o variaciones.

4.27 ZONAS DE ENTRENAMIENTO Y COMPETICIÓN, se deben acotar y comunicar a interesados

ZONAS DE COMPETICIÓN. Solo personas autorizadas, deportistas, monitores entrenadores, personal organización

ZONAS DE CALENTAMIENTO: Igual, personas autorizadas. Las zonas de calentamiento serán lo más amplias posibles, distribuidas por zonas y especialidades, si fuera posible.

En la zona de calentamiento sólo permanecerán los deportistas cuya competición sea inmediata.

4.27 -El límite máximo de deportistas participantes en evento deportivos será de **300 personas**.

4.28 **Acto de entrega de trofeos, medallas o premiación**

- **Se evitarán** las ceremonias de entrega de trofeos y medallas.
- Su realización supondrá la utilización de **mascarillas por todos** los que intervienen, sin protocolo de manos, agradecimiento (besos, abrazos) entre el premiado y el premiado.

Medidas en entrenamientos

- Cuando sea posible se ampliarán la distancia mínima de 1,5 metros. ASÍ:

4.29 Los monitores, entrenadores y los deportistas cuando sea posible, guardarán una distancia de seguridad con los deportistas de **seis metros**.

4.30 Un corredor mantendrá una distancia de **5-6 metros** con su precedente en carrera moderada y de **10 metros** en carrera intensa. En los cruces y adelantamientos, la distancia de seguridad en sentido horizontal hay que aumentarla a **3 metros**, y si lo que se hace es ciclismo, debe distanciarse **20 metros** respecto al precedente, en velocidad media, y más de 30 en velocidad elevada. Los entrenadores guardarán esas distancias y llevarán los equipos de protección en todo momento.

Se establecerán **TURNOS horarios** de acceso y entrenamiento, procediendo a la limpieza de los espacios deportivos utilizados tras la finalización de cada turno. **Evitar coincidir** con otros grupos de entretenimiento.

4.31 Los turnos de entrenamiento serán como máximo de dos horas, **FOMENTANDO ENTRENAMIENTOS MÁS CORTOS** debiendo respetarse en cada uno de ellos las distancias mínimas de seguridad.

Medidas en eventos, entrenamientos, eventos, competiciones para aislamiento

4.32 Los lugares e instalaciones de realización deberán dotarse de **puntos de control de acceso** especial, provistos de material de desinfección y aislamiento, de elementos técnicos que permitan comprobar la temperatura, de las personas que accedan al recinto.

El control de temperatura detecta una temperatura superior a 37,5 º, la persona no accederá al recinto y se le INFORMARÁ QUE DEBE IR a consulta con su médico.

Se recomienda realizar pruebas PCR a los deportistas, previamente, al evento o competición.

4.33 En el momento del inicio de la actividad hay que disponer por los deportistas, monitor, entrenador, o entidad perteneciente de una **cantidad suficiente de material de protección (mascarillas, soluciones desinfectantes)**.

4.34 En el centro o lugar habrá **información clara y concisa** de pautas de aseo y normas de comportamiento mediante cartelería, para minimizar el riesgo de contagio, distribuidas por todas partes.

4.35 **En caso de identificación positiva de caso de COVID 19** se le llevará a una sala o recinto para uso individual, que debe estar preparada, existiendo en todo momento otra sala o recinto libre. Debe contar con ventilación adecuada y con una papelera de pedal con bolsa, donde tirar la mascarilla y pañuelos desechables.

- a. Se facilitará una mascarilla quirúrgica para el participante y otra para la persona adulta que cuide de él, en el caso de un menor.
- b. En su caso, se avisará padre, madre, tutor o persona designada.

Actuación tras identificación positiva de caso de COVID-19.

- a) Se seguirán en todo momento las recomendaciones de las autoridades sanitarias.
- b) El manejo de casos y contactos debe realizarse según lo especificado por las autoridades sanitarias. No corresponde al personal organizador realizar ni el estudio de contactos ni la valoración de suspensión de actividades. Deben facilitar y colaborar en el trabajo que las autoridades sanitarias les soliciten.
- c) En su caso, se coordinará el regreso de los participantes a sus domicilios.

- d) A la mayor brevedad posible, se pondrá en contacto el organizador o la instalación con el centro de Salud correspondiente para que el equipo de Atención Primaria realice la valoración clínica y decida las actuaciones a seguir de acuerdo con las autoridades sanitarias.

- **Utilización de Alojamientos para eventos y competiciones.**

5.1 Se recomienda **LAS HABITACIONES INDIVIDUALES**, ADOPTAR LAS MEDIDAS APLICABLES el Acuerdo 29/2020, de 19 de junio y en los protocolos de los establecimientos donde se alojen

5.2 Se recomienda adoptar las **medidas establecidas en protocolo de Residencias Deportivas de Castilla y León para residentes**, EN LA MEDIDA DE LO POSIBLE.

- **Transporte de participantes.**

Se debe tener en cuenta lo previsto el Acuerdo 29/2020, de 19 de junio. No obstante se **RECOMIENDA de forma más restrictiva:**

- En vehículos particulares solo viajen personas que convivan en la misma vivienda.
- En transportes privados colectivos, se recomienda viajar con una distancia social de 1,5 metros entre pasajeros.
- Será obligatorio el uso de mascarilla por todos los ocupantes de los vehículos, excepto cuando todos los ocupantes del vehículo convivan en el mismo domicilio
- En las infraestructuras complementarias del transporte en las que se produzca la entrada y salida de pasajeros, se establecerán y aplicarán los procedimientos y medidas organizativas necesarias para procurar el movimiento ordenado de los mismos a su paso por las instalaciones y evitar las aglomeraciones.

- **Especialidades por deportes**

8.1 Cada Federación Deportiva, Entidad Local, Entidad organizadora puede convenir las **medidas que sean necesarias** para cada modalidad especialidad deportiva.

8.1.1 Curso de entrenadores, test de preparación física y entrenamientos de preparación física:

- Al ser una actividad física habitual que se desarrolla en instalaciones deportivas se registrará por todos los puntos anteriores de este protocolo.

8.1.2 Concentraciones CTDDICYL y Clubes en Alpes :

- Se realizará un test de Covid-19 a deportistas y entrenadores, tres o cuatro días antes del viaje para confirmar que en el grupo no va nadie afectado.
- En el vuelo y zonas comunes del aeropuerto se llevará puesta en todo momento la mascarilla.
- Cualquier participante de la actividad que viaje en las furgonetas de la FDICYL debe llevar puesta la mascarilla en todo momento.
- En la casa de alquiler se podrá estar sin mascarilla, pero se mantendrán todas las medidas de seguridad en cuanto a limpieza y distanciamiento.
- Se tomará la temperatura a todos los participantes en la actividad dos veces al día
- Cumplir con los puntos: “4 medidas en entrenamientos, eventos y competiciones” ,”5 Utilización de alojamientos para entrenamientos y competiciones” ,” 6 transporte de participantes” de este protocolo.

8.1.3 Concentraciones CTDDICYL en Madrid Snow Zone y estaciones de esquí nacionales:

- Todos los deportistas deberán hacer uso de la mascarilla en todo momento, deberá mantenerse la distancia de seguridad, no tocarán el material deportivo ni equipaciones ajenas.
- Cualquier participante de la actividad que viaje en las furgonetas de su club o de la FDICYL debe llevar puesta la mascarilla en todo momento.
- Se realizará un test de Covid-19 a deportistas y entrenadores, en los 3 días antes del viaje para confirmar que en el grupo no va nadie afectado.
- En todo momento se respetarán las normas indicadas en la estación de esquí, así como los protocolos aplicados por las estaciones de esquí donde se desarrollen los entrenamientos.
- Portillón de salida en cada trazado: Se mantendrá en todo momento la distancia de seguridad y solo debe estar un grupo en cada momento en la salida, si al llegar a la zona de salida hay deportistas de otro grupo efectuando la salida esperaremos a la suficiente distancia a que bajen todos los miembros de ese grupo para acercarnos a la zona de la salida con los miembros de nuestro grupo. Muy importante evitar aglomeraciones en esta zona manteniendo en todo momento la distancia de seguridad entre deportistas.

- Los deportistas una vez terminados su entreno en trazado deben ir hacia la cola del remonte, sin esperar a sus compañeros para evitar aglomeraciones en la zona de acceso al remonte.
- Los clubes enviarán a la federación el listado de asistentes al entrenamiento así como el documento de declaración responsable V2 , el Formulario de Localización Personal (FLP).(están incluido como anexos al final de este protocolo)
- En el hotel, en las zonas comunes se debe llevar puesta la mascarilla en todo momento y mantendrán todas las medidas de seguridad en cuanto a limpieza y distanciamiento.
- Se tomará la temperatura a todos los participantes en la actividad dos veces al día, no superando los 37,5º Cº para poder acceder al entrenamiento.
- Si algún deportista o entrenador que no cumple las normas de este protocolo podrá ser expulsado del entrenamiento y sancionado con no volver a asistir a los entrenamientos organizados por la federación.
- Cumplir con los puntos: “4 medidas en entrenamientos, eventos y competiciones” ,”5 Utilización de alojamientos para entrenamientos y competiciones” ,” 6 transporte de participantes” de este protocolo.

8.1.4 Entrenamientos oficiales organizados por la Federación de Deportes de Invierno de Castilla y León en las estaciones de esquí de San Isidro, Leitariegos y Sierra de Béjar:

- Todos los deportistas deberán hacer uso de la mascarilla en todo momento, deberá mantenerse la distancia de seguridad, no tocarán el material deportivo ni equipaciones ajenas.
- Los clubes deberán tomar la temperatura a sus deportistas para acceder al entrenamiento ,no superando los 37,5º Cº para poder acceder al entrenamiento.
- Aforo en pista de entrenamiento de 1 grupo de 30 personas por trazado. En el caso de que en un grupo haya deportistas de distintos clubes, los deportistas deben ir en grupo por cada club y este grupo no debe superar las 10 personas incluido entrenador.
- Portillón de salida en cada trazado: Se mantendrá en todo momento la distancia de seguridad y solo un grupo de club en cada momento en la salida, si al llegar a la zona de salida hay un grupo de otro club efectuando la salida esperaremos a suficiente distancia a que bajen todos los miembros de ese club para acercarnos a la zona de la salida con los miembros de nuestro grupo. Muy importante evitar aglomeraciones en esta zona manteniendo en todo momento la distancia de seguridad entre deportistas.
- Los deportistas una vez terminados su entreno en trazado deben ir hacia la cola del remonte, sin esperar a sus compañeros para evitar aglomeraciones en la zona de acceso al remonte.
- Los clubes enviarán a la federación antes del jueves el listado de asistentes al entrenamiento así como el documento de declaración responsable V2 , el Formulario de Localización Personal (FLP) y el certificado responsables equipo /Club.(están incluido como anexos al final de este protocolo)

- El responsable de la pista nombrado por la federación, velará por el cumplimiento de las normas de este protocolo y cualquier deportista o entrenador que no cumpla las normas de este protocolo podrá ser expulsado del entrenamiento y sancionado con no volver a asistir a los entrenamientos organizados por la federación.
- En todo momento se respetarán las normas indicadas en la estación de esquí, así como los protocolos aplicados por las estaciones de esquí donde se desarrollen los entrenamientos.


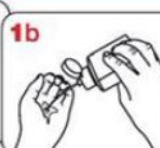
8.1.5 Competiciones del calendario FDICYL incluidas en el calendario RFEDI, organizadas por FDICYL o sus clubes:

- Se actuará según el el “protocolo de actuación para la vuelta de competiciones oficiales de ámbito estatal y carácter no profesional” del C.S.D.




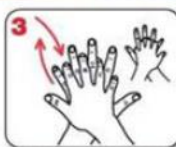
ANEXOS

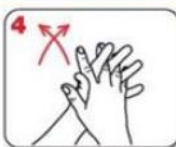
¿Cómo limpiarse las manos CON UN DESINFECTANTE ALCOHÓLICO?

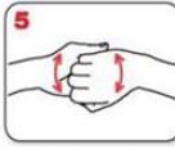
1a  **1b** 


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


2  Frótese las palmas de las manos entre sí.


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


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


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


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

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


8  Enjuáguese las manos con agua.

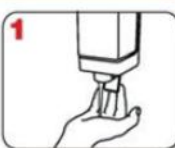
9  Séquese las con una toalla de un solo uso.


10  Utilice la toalla para cerrar el grifo.

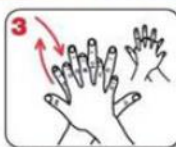
11  Sus manos son seguras.

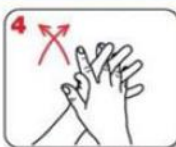
¿Cómo lavarse las manos CON AGUA Y JABÓN?

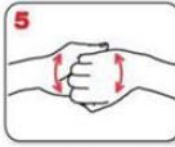
0  Mójese las manos con agua.


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


2  Frótese las palmas de las manos entre sí.


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


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


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


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


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


8  Enjuáguese las manos con agua.

9  Séquese las con una toalla de un solo uso.

10  Utilice la toalla para cerrar el grifo.


11  Sus manos son seguras.

 **20-30 segundos**

 **40-60 segundos**

WORLD ALLIANCE
PATIENT SAFETY

La OMS agradece a los Hospitales Universitarios de Ginebra (HUG), en particular a los miembros del Programa de Control de Infecciones, su participación activa en la redacción de este material. Octubre de 2006, versión 1

 **Organización Mundial de la Salud**

La Organización Mundial de la Salud ha tomado todas las precauciones razonables para comprobar la información contenida en este documento. Sin embargo, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ya sea expresa o implícita. Compete al lector la responsabilidad de la interpretación y del uso del material. La Organización Mundial de la Salud no podrá ser considerada responsable de los daños que pudieran ocasionar su utilización.



Mascarillas higiénicas en población general

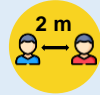


La mayoría de las personas adquieren la COVID-19 de otras personas con síntomas. Sin embargo, cada vez hay más evidencia del papel que tienen en la transmisión del virus las personas sin síntomas o con síntomas leves. Por ello, **el uso de mascarillas higiénicas en la población general en algunas circunstancias podría colaborar en la disminución de la transmisión del virus.**

Esto es así, sólo si se hace un uso correcto y asociado a las medidas de prevención y se cumplen las medidas para reducir la transmisión comunitaria:



Si tienes síntomas, quédate en casa y aíslate en tu habitación



Mantén 2 metros de distancia entre personas



Lávate las manos frecuentemente y meticulosamente



Evita tocarte ojos, nariz y boca



Cubre boca y nariz con el codo flexionado al toser o estornudar



Usa pañuelos desechables

Una **mascarilla higiénica** es un **producto no sanitario** que cubre la boca, nariz y barbilla provisto de una sujeción a cabeza u orejas

Se han publicado las **especificaciones técnicas UNE** para fabricar mascarillas higiénicas:

- Reutilizables (población [adulta](#) e [infantil](#))
- No reutilizables (población [adulta](#) e [infantil](#))

¿A QUIÉN se recomienda su uso?

A la **población general sana**



¿CUÁNDO se recomienda su uso?

- Cuando **no es posible mantener la distancia de seguridad** en la compra, en espacios cerrados o en la calle

El uso de mascarillas en **transporte público es obligatorio** desde el **4 de mayo de 2020**



Haz un uso correcto para no generar más riesgo:



Lávate las manos antes de ponerla.



Durante todo el tiempo la mascarilla debe **cubrir la boca, nariz y barbilla**. Es importante que se ajuste a tu cara.



Evita **tocar la mascarilla** mientras la llevas puesta.



Por cuestiones de comodidad e higiene, se recomienda no usar la mascarilla por un tiempo superior a 4 horas. En caso de que se humedezca o deteriore por el uso, se recomienda sustituirla por otra. **No reutilices las mascarillas** a no ser que se indique que son reutilizables.



Para quitarte la mascarilla, hazlo por la parte de atrás, sin tocar la parte frontal, deséchala en un cubo cerrado y lávate las manos.



Las mascarillas reutilizables se deben lavar conforme a las **instrucciones del fabricante**.

14 de mayo, 2020

Consulta [fuentes oficiales](#) para informarte
www.msbs.gob.es
[@sanidadgob](https://twitter.com/sanidadgob)

**#ESTE VIRUS
LO PARAMOS
UNIDOS**



•Recomendaciones según modalidades o especialidades deportivas y posible riesgo de transmisión.

2.1 Por el propio deporte. Dependiendo de la intensidad y continuidad de cada práctica deportiva se podrán encuadrar las *modalidades o especialidades deportivas en los diferentes grupos de contagio. No obstante, la regla general es:*

- a) Riesgo de contagio bajo. Deportes individuales (y raqueta).
- b) Riesgo de contagio medio. Deportes de equipo.
- c) Riesgo de contagio alto. Deportes de combate y de contacto intenso (baloncesto balonmano, rugby).

2.2 Por el tipo de entrenamiento

- *Fase de preparación física general:*
 - ✓ Los deportes de bajo riesgo de contagio, que son los individuales, prácticamente no requieren contacto físico, no presentan limitación a su preparación en sus formas de entrenamiento habituales, excepto las que suponen la utilización de materiales que haya que compartir. Atención a los que se realizan en pareja (*)
 - ✓ Los deportes de riesgo medio y alto sólo pueden realizar preparación física individual, trabajo técnico y táctico básico, que no implique contacto con otra persona, por el momento.
 - ✓ Los deportes en medio naturales, de motor, con armas y otros deportes podrían realizar entrenamiento específico, además de la preparación física, si se mantienen las medidas de no contactar con otras personas y no compartir materiales de uso común.
 - ✓ Se evitará el uso de gimnasios, debiéndose buscar alternativas, que son relativamente posibles en este estado de pre entrenamiento. El entrenamiento se realizará en solitario y, si no es posible, manteniendo la distancia de seguridad interpersonal.
- *Fase de entrenamiento específico:*
 - ✓ Aquí se realiza las técnicas específicas y los trabajos tácticos completos. Se seguirá minimizando el uso de gimnasios.
 - ✓ Las acciones conjuntas se harán en grupos reducidos y se establecerán turnos.
 - ✓ Únicamente podrá acceder con los deportistas un entrenador en el caso de que resulte necesario, circunstancia que deberá acreditarse debidamente, con excepción de las personas con discapacidad o menores que requieran la presencia de un acompañante.
 - ✓ En los deportes de lucha se minimizará el tiempo de contacto y durante el mismo se trabajará con mascarilla y, cuando sea posible, los deportistas guardarán hasta 6 metros, también el entrenador, que debe portar mascarilla y guantes.



DATOS PARA INFORMES DE TRAZABILIDAD Y DECLARACION RESPONSABLE FRENTE A COVID 19

- Datos básicos

<input type="checkbox"/> Participante*		<input type="checkbox"/> Espectador			
Entidad (para participantes):					
Primer Apellido		Segundo Apellido		Nombre	
Calle		Número	Escalera	Piso	Letra
Provincia		Localidad		C.P.	
Móvil		Teléfono fijo		Correo electrónico	

- *Deportista, monitor, entrenador, árbitros, jueces, personal de organización, etc
- En caso de menores de edad cumplimentar por padres o tutores

Primer Apellido		Segundo Apellido		Nombre	
Calle		Número	Escalera	Piso	Letra
Provincia		Localidad		C.P.	
Móvil		Teléfono fijo		Correo electrónico	

- Declaración responsable

Como participante o espectador declaro no haber tenido ni tener conocimiento de estar en contacto en los últimos quince días con personas con COVID 19

- Aceptación

Tengo conocimiento y acepto todas las obligaciones que me corresponden en el protocolo de este evento/competición/entrenamiento

No exigiendo responsabilidades por contagio de COVID 19 si los organizadores/titulares de instalaciones cumplen con la normativa y protocolos sobre esta materia

- WEB/URL.... DE ACCESO AL PROTOCOLO: www.fdicyl.es

- Fdo.:

Fdo.: Padre o tutor

- Los datos de carácter personal facilitados en este formulario serán tratados por la federación de deportes de invierno de Castilla y León con la finalidad de realizar las actividades que organiza . El tratamiento de estos datos es necesario para el cumplimiento de una misión realizada en interés público. Sus datos no van a ser cedidos a terceros, salvo obligación legal. Tiene derecho a acceder, rectificar, suprimir, limitar el tratamiento de datos y su oposición, así como otros derechos recogidos en la información adicional. Puede consultar la información adicional y detallada sobre protección de datos en fdicyl@fdicyl.es o FDICYL Calle Campos Góticos s/n 24005 León.



4. Declaración responsable.

Sr./a
mayor de edad y con DNI con
número de teléfono..... domiciliado en
.....
en nombre propio o como padre/madre/ tutor/a legal del menor
.....
con licencia federada número..... emitida por la
Federación

Comparezco y manifiesto como mejor proceda

DECLARO RESPONSABLEMENTE

- 1- Que tengo pleno conocimiento y conciencia que la práctica del deporte del tanto en los entrenamientos como en los encuentros implica un riesgo de contagio del COVID-19 del cual soy consciente y acepto, en el bien entendido que tendré derecho a poder presentar las reclamaciones oportunas contra aquellas personas que hubieren incumplido las reglas de protección y comunicación establecidas en los protocolos, especialmente cuando haya sido un deportista que hubiere participado en el encuentro.
- 2- Que no presento sintomatología compatible con el Coronavirus SARS- CoV-2 (fiebre superior o igual a 37,5 grados, tos, malestar general, sensación de falta de aire, pérdida del gusto, dolor de cabeza, fatiga, dolor de cuello, dolor muscular, vómitos, diarrea) o cualquier otro síntoma típico de las infecciones.
- 3- Que no he dado positivo ni ha tenido contacto estrecho con alguna persona o personas con sintomatología posible o confirmada de COVID-19 en los 14 días inmediatamente anteriores a la fecha de firma de este documento.
- 4- Que he leído los protocolos de seguridad y las medidas informativas y de prevención de higiene y de seguridad de la COVID-19 dispuestas por el organizador de la competición y del encuentro y las acepto cumplir de manera responsable, en su totalidad, con las pautas de conducta y comportamiento que allí se establecen, aceptando que el Responsable de Higiene del evento puede acordar motu proprio mi exclusión de la competición y de la instalación o zona acotada del espacio deportivo en caso de incumplirlas.
- 5- Que soy consciente y acepto que el incumplimiento de las normas del COVID-19 especialmente la no declaración de haber dado positivo o no haber declarado el hecho de haber tenido una relación próxima con personas con síntomas implica una infracción muy grave del código disciplinario que puede llevar como consecuencia una sanción de exclusión de la competición y la pérdida de la licencia deportiva por toda la temporada.



- 6- Que me comprometo a informar al club y a la Federación (antes de cualquier partido) de cualquier síntoma que tenga compatible con el COVID-19, el hecho de haber dado positivo o la existencia de cualquier presunto o confirmado caso de covid-19 en el entorno familiar o próximo y me comprometo a mantener puntualmente informado de la evolución de los mismos a los responsables del club.

Esta información será tratada de manera confidencial y con la exclusiva finalidad de poder adoptarse las medidas necesarias para evitar el contagio y la propagación del virus. Al cumplimentar el presente documento, el abajo firmante otorga el consentimiento expreso para que la Federación de pueda hacer un tratamiento de estos datos desde el punto de vista estrictamente médico y de prevención.

Al mismo tiempo y con la firma de este documento se declara conocer las medidas específicas de protección e higiene establecidas en el Protocolo del CSD..... y de la Federación Española de cuyas normas son de obligado cumplimiento para los participantes en las competiciones deportivas oficiales de y para todos los clubes afiliados a la Federación que participan en las mismas.

El cumplimiento de las normas antes citadas es una responsabilidad individual de cada uno de los participantes y del club o entidad que organiza el encuentro, sin que exista responsabilidad alguna por parte de la Federación Española de ... de los contagios que con ocasión de la disputa de la competición se pudieran producir.

Y para que conste a los efectos oportunos,

FIRMO

En el de de.....



IX) ANEJOS

1. Formulario de localización personal (FLP). *A ser completado por todos los participantes en la competición

Nombre tal como aparecen en DNI o en el Pasaporte u otro documento de identidad válido:

Dirección durante la competición (calle/apartamento/ciudad/número postal/país):

Número de teléfono:

Correo electrónico:

Países/CCAA que visitaste o donde estuviste en los últimos 7 días

Responder a las preguntas siguientes en relación con los últimos 14 días:

	Preguntas	SI	NO
1	¿Tuvo contacto cercano con alguien diagnosticado con la enfermedad COVID- 19?		
2	¿Proporcionó atención directa a pacientes de COVID- 19?		
3	¿Visitó o permaneció en un ambiente cerrado con algún paciente con la enfermedad COVID-19?		
4	¿Trabajó/estudió de forma cercana o compartiendo el mismo ambiente laboral o de clase con pacientes de COVID- 19?		
5	¿Ha viajado con un paciente COVID- 19 en cualquier medio de transporte?		
6	¿Ha vivido en la misma casa que un paciente COVID- 19?		

Esta información se podrá compartir con las autoridades locales de Salud Pública para permitir un rápido rastreo de contactos si un participante en el evento sufre la enfermedad COVID-19 o llegó en contacto con un caso confirmado.

Fdo. El Deportista o Tutor

En..... a de 20.....



3. Certificado del responsable del equipo.

Sr.
 mayor de edad y con
 DNI....., con el número de teléfonoy
 domicilio en.....
 Calle
 número.....

En calidad de Delegado de Cumplimiento del Protocolo (DCP) del equipo

CERTIFICO

- 1- Que ningún participante presenta sintomatología compatible con el Coronavirus SARS-CoV-2 (fiebre superior o igual a 37,5 grados, tos, malestar general, sensación de falta de aire, pérdida del gusto, dolor de cabeza, fatiga, dolor de cuello, dolor muscular, vómitos, diarrea) o cualquier otro síntoma típico de las infecciones.
- 2- Que ningún participante ha dado positivo ni ha tenido contacto estrecho con alguna persona o personas con sintomatología posible o confirmada de COVID-19 en los 14 días inmediatamente anteriores a la fecha de firma de este documento.
- 3- Que se ha garantizado documentalmente y puesto a disposición de todos los participantes del encuentro los protocolos de seguridad y medidas informativas y de prevención de higiene y de seguridad de la COVID-19 y que se le ha informado de la exclusión de la competición y de la instalación o zona acotada del espacio deportivo para cualquiera de los participantes que incumpla dichas normas.
- 4- Que es consciente y acepta que el incumplimiento de las normas del COVID-19 especialmente la no declaración de casos positivos confirmados o personas con síntomas implica una infracción muy grave del código disciplinario que puede llevar como consecuencia una sanción de exclusión de la competición y, en su caso, pérdida de la categoría deportiva.
- 5- Que el organizador del encuentro ha registrado a todos los participantes en el mismo a los efectos de poder tener una trazabilidad en caso de que se diera un positivo o síntomas de positivo entre alguno de los participantes que haya tenido contacto estrecho con los demás con ocasión del encuentro.

Al mismo tiempo declara estar informado de las medidas específicas de protección e higiene establecidas en el Protocolo del CSD..... y de la Federación Española de cuyas normas son de obligado cumplimiento para los participantes en las competiciones deportivas oficiales de y para todos los clubes afiliados a la Federación que participan en las mismas.



El cumplimiento de las normas antes citadas es una responsabilidad individual de cada uno de los participantes y del club o entidad que organiza el encuentro, sin que exista responsabilidad alguna por parte de la Federación Española de ... de los contagios que con ocasión de la disputa de la competición se pudieran producir.

Y para que conste a los efectos oportunos, expido este certificado en

.....

el de de

Firma