



## PROTOCOLO PARA DEPORTES INDIVIDUALES AL AIRE LIBRE SIN CONTACTO.

### · ATLETISMO

Objetivo: El objetivo del presente documento es establecer una metodología para garantizar la salud de las personas y prevenir y controlar la propagación de la enfermedad por Coronavirus 2019 (Covid-19). Se provee de instrucciones y herramientas para retomar actividades deportivas en forma progresiva.

El enfoque se basa en "ENTRAR – ENTRENAR – SALIR"

### REQUISITOS GENERALES

- Solo se permitirá la práctica deportiva individual, sin contacto y en ambientes ventilados.
- Solo residentes en el partido de Baradero
- Días y horario: lunes a viernes 08 00 – 19 00 hs
- Edades: 14 a 60 años
- Es obligatorio el uso de tapa bocas o barbijos antes y después de cada actividad, no así durante la misma.
- Es obligatorio, en todo momento, el uso de tapa boca o barbijo de todo el personal.
- Se recomienda el traslado de jugadores, alumnos y profesores por sus propios medios de transporte.
- Se solicita el registro diario de toda persona que ingrese al establecimiento según planilla adjunta. Incluir deportistas y personal. Dichos registros deberán resguardarse por un plazo mínimo de 30 días.
- Se sugiere el control de temperatura al ingreso al establecimiento.
- Se recomienda el no ingreso de personas consideradas en grupo de riesgo.
- Organizar los ingresos y egresos de los deportistas a fin de evitar su contacto.
- Se sugiere realizar las actividades en momentos del día con mayor temperatura o con sol, no siendo recomendable los días de lluvia o mucho frío.
- Se encontrarán cerrados, en todo momento los espacios recreativos y deportivos no habilitados, como así también el uso de bebederos y lugares comunes.
- El uso de vestuarios deberá estar limitado al aseo de manos, de acuerdo al protocolo establecido por la entidad sanitaria provincial.
- En caso que estén habilitadas, Cantinas/bar o similar en clubes deportivos deberán limitarse a la modalidad de despacho de bebidas/comida por ventanilla en modalidad take away o delivery.

- Los turnos deberán ser solicitados telefónicamente o por sistema de fila virtual, permitiendo conocer en todo momento quienes y cuantos usuarios estarán entrenando. Los turnos deberán estar separados cada 10/15 minutos, permitiendo que el personal haga limpieza de elementos y espacios de juego. La espera del turno solicitado será en el exterior del establecimiento.
- Se ofrecerá alcohol en gel o alcohol al 70% en todos los espacios comunes y se garantizará la provisión de todos los elementos para un adecuado lavado de manos con agua, jabón y toallas de papel en sanitarios, tomando estrictas y permanentes medidas de higiene y seguridad sanitaria. Lavarse las manos frecuentemente, no tocarse la cara.
- Se solicita la difusión de recomendaciones del Ministerio de Salud de Nación y de la autoridad sanitaria local. Exhibición de información oficial y números de teléfono, que el Ministerio de Salud de la Nación y las autoridades locales hayan determinado, en espacios de circulación común.
- Se sugiere el pago por medios electrónicos, virtuales o transferencia bancaria.
- Al ingresar, cada asistente firmará su DDJJ donde manifestará su buen estado de salud, no obligación de cuarentena, ni vínculo cercano con persona afectada. Se adjunta planilla. Dichos registros deberán resguardarse por un plazo mínimo de 30 días.
- Se incorporará en el acceso a cada establecimiento una alfombra de hipoclorito diluido para realizar la limpieza adecuada del calzado.
- No saludarse con contacto físico.
- Cada deportista guardará sus pertenencias en un bolso o mochila particular de mano debidamente desinfectado.
- Lavarse las manos frecuentemente.
- Al regreso a casa después de cada actividad se deberá realizar una desinfección corporal.
- No compartir vasos, utensilios, botellas y mates. Cada deportista deberá contar con sus elementos personales para la práctica deportiva.
- Los propietarios y autoridades de los establecimientos deportivos serán solidariamente responsables de la fiscalización de los protocolos deportivos.
- Se prohíbe la presencia de espectadores o toda aquella persona ajena a la actividad.

## REQUISITOS ESPECIFICOS

- En una primera etapa, la actividad deportiva se desarrollará únicamente dentro de las instalaciones de los Polideportivo Municipal.
  - Cada atleta deberá contar con un kit de higiene con alcohol 70/30, alcohol en gel, jabón y toalla, preferentemente descartable, que posibiliten la correcta higiene de manos y elementos deportivos.
  - Se recomienda comenzar la práctica con deportistas federados, y de mediano y alto rendimiento
- Ø Lanzamientos (jabalina, disco, bala)

- o Se permitirá el entrenamiento individual o un alumno con profesor.
- o El entrenador deberá permanecer fuera de la pista, como en una competencia.
- o Cada atleta deberá higienizar la empuñadura del implemento con alcohol en gel o similar, luego de utilizarlo.

#### Ø Saltos horizontales (triple y en largo)

- o Se permitirá el entrenamiento individual o un alumno con profesor.
- o No estará permitido realizar caídas, ni ningún trabajo en cajón de arena.
- o Los atletas mantendrán una distancia mínima de 10 metros con el entrenador, preferentemente situado al final del cajón.

#### Ø Saltos verticales (garrocha y de altura)

- o Podrá haber un atleta en cada una de las disciplinas. Finalizada su sesión de entrenamiento, ingresará el siguiente deportista.

- o Se deberá esperar a no menos de 10 metros del área de salto.

- o El entrenador deberá permanecer fuera de la pista, como en una competencia.

- o Cada atleta deberá higienizar el área de caída con alcohol u otro desinfectante efectivo, luego de utilizarla.

#### Ø Velocidad

- o Se permitirá el entrenamiento individual o un alumno con profesor.

- o El corredor deberá mantenerse en su carril durante todo el tiempo de entrenamiento.

- o Deberá evitar el contacto de la piel con la pista.

#### Ø Fondo

- o Se permitirá el entrenamiento individual o un alumno con profesor.

- o El corredor deberá mantenerse en su carril durante todo el tiempo de entrenamiento.

- o Deberá evitar el contacto de la piel con la pista.

Actuación ante un caso positivo de Covid-19.

En caso de confirmarse un caso positivo de COVID-19 de un/a trabajador/a (que podemos denominar "Positivo") que forme parte de alguno de estos grupos de trabajo, el empleador cumplimentará inmediatamente las siguientes acciones para garantizar la salud de las/los trabajadoras/es y permitir la continuidad de la actividad del área a la mayor brevedad posible:

#### Etapa 1:

- Se deberá dar aviso inmediato y formal a las autoridades sanitarias competentes de la jurisdicción. (Llamar al 107)
- Se deberá colaborar en todo momento con las autoridades sanitarias competentes del Municipio para el seguimiento epidemiológico del caso.

- Se aislará inmediatamente a las/los trabajadoras/es que formaron parte del grupo de trabajo en el que participó el/la trabajador/a Positivo, de acuerdo a las recomendaciones e instrucciones que imparta la autoridad sanitaria competente del Municipio.
- Se seguirán las indicaciones de limpieza y desinfección emanadas de la autoridad sanitaria, que podrán incluir la ejecución de un procedimiento especial e integral de limpieza y desinfección total del local que permita reiniciar las tareas del local en el menor plazo posible y la limpieza y desinfección de las superficies con las que ha estado en contacto el/la trabajador/a Positivo. La limpieza y desinfección se realizará con un desinfectante incluido en la política de limpieza y desinfección de la autoridad sanitaria o con una solución de hipoclorito sódico que contenga 1000 ppm de cloro activo (dilución 1:50 de lavandina con concentración 40-50 gr/litro preparada recientemente).
- El personal de limpieza utilizará equipo de protección individual adecuado para la prevención de infección por microorganismos transmitidos por gotas y por contacto que incluya: camisolín, barbijo, guantes y protección ocular.
- Si el contagio tuvo lugar en el ámbito laboral, deberá denunciarse ante la ART el infortunio laboral, acompañándose el diagnóstico confirmado emitido por entidad debidamente autorizada, a fin que el/la trabajador/a damnificado/a reciba, en forma inmediata, las prestaciones previstas en la Ley N° 24.557 y sus normas modificatorias y complementarias.

#### Etapa 2:

- Sí y solo sí la autoridad sanitaria lo habilita, y una vez comprobada y acreditada la finalización del procedimiento de limpieza y desinfección total del área mencionada en el punto d. de la Etapa 1, el empleador podrá convocar a los restantes grupos de trabajo que deberán presentarse a trabajar en los horarios ya acordados.
- La empresa, antes del inicio de las tareas, deberá informar a las/los trabajadoras/es las acciones realizadas para transmitir tranquilidad y serenidad en sus puestos de trabajo.
- El empleador dispondrá de un equipo de contingencia adecuado para dar continuidad a las tareas correspondientes al grupo de trabajadoras/es aislados hasta que hayan cumplimentado debidamente las recomendaciones de la autoridad sanitaria correspondiente para su posterior reincorporación.

Actuación ante personal con “contacto estrecho” con personas que revistan condición de “casos sospechosos” o posean confirmación médica de haber contraído Covid – 19

- Al trabajador o trabajadora con “contacto estrecho” con personas que posean confirmación médica de haber contraído COVID – 19 se le autorizará el retiro del establecimiento en forma inmediata y se le indicará se contacte con carácter urgente con el sistema de salud (a las líneas telefónicas antedichas).
- El/La trabajador/a que se encuentre en la situación descrita en el punto anterior, no podrá reingresar al establecimiento hasta contar con diagnóstico y/o test negativo de haber contraído COVID-19 o hasta tanto se cumpla la cuarentena indicada por las autoridades sanitarias.

#### DECLARACIÓN JURADA PARA PREVENIR CORONAVIRUS (COVID -19)

(CONF. RESOL-2020-1-MDHYHGC)

##### 1. INFORMACIÓN PERSONAL

1) Apellido: .....

2) Nombre: .....

- 3) Género: .....
- 4) DNI / Pasaporte N°: .....
- 5) Fecha de Nacimiento: .....
- 6) Nacionalidad:.....
- 7) Correo Electrónico: .....

## 2. ANTECEDENTES DE VIAJES EN LOS ÚLTIMOS 14 DÍAS

Señale los países en los que Ud. estuvo en los últimos 14 días.

CHINA

COREA DEL SUR

JAPÓN

IRÁN

ITALIA

ESPAÑA

FRANCIA

ALEMANIA

OTRO / Cuál?:

NINGUNO

## 3. ANTECEDENTES DE SALUD

¿Tuvo contacto con una persona enferma de coronavirus (COVID-19)? SI/ NO

¿En su estadía en el extranjero en los últimos 14 días, estuvo enfermo/a? SI / NO

Actualmente, ¿Ud. presenta alguno de estos síntomas?

TOS

DIFICULTAD RESPIRATORIA

FIEBRE

DOLOR DE GARGANTA

SECRECIONES NASALES

DOLOR MUSCULAR

MANCHAS EN LA PIEL

DOLOR DE CABEZA

NAUSEAS / VOMITOS

DOLOR ARTICULAR

Yo....., .....de .....ocupación

DNI

N°  
/

profesión....., con domicilio en la calle /  
Av....., declaro bajo juramento que al momento de suscribir la  
presente declaración jurada NO / SI manifesté síntomas de CORONAVIRUS (COVID-19).

Baradero, a los..... del mes de..... de 2020.

Para consultas y dudas sobre protocolos, los profesores/as, instructores/as,  
entrenadores/as o responsables de clubes deben comunicarse a través del mail:

deportes@baradero.gob.ar