



PROTOCOLO DE PROTECCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD FRENTE AL COVID-19 EN ENTRENAMIENTOS Y/O COMPETICIÓN DE LA AGRUPACIÓN DEPORTIVA LA MECA DE RIVAS

Basado en el Protocolo de actuación de la RFFM, aprobado por la Comunidad Autónoma de Madrid

1 Objetivos

Los objetivos de este protocolo son estipular las bases y dar las directrices generales para guiar un plan de prevención y mitigación de los contagios del COVID-19 durante el desarrollo de las actividades, entendiendo por estas, competiciones oficiales, entrenamientos y eventos bajo la competencia de la Real Federación de Fútbol de Madrid. Todo ello, sin perjuicio de la obligación de cada instalación deportiva de publicar un protocolo para conocimiento general de sus usuarios y que debe contemplar las distintas especificaciones en función de la tipología de la instalación.

2 Disposiciones e información sobre medidas preventivas.

2.1 Disposiciones Generales

Desde la declaración del Estado de Alarma, debido a la crisis sanitaria provocada por el COVID- 19, la Real Federación de Fútbol de Madrid ha priorizado la salud de sus afiliados, familiares y allegados a cualquier otra cuestión tomando medidas de protección como la suspensión de las competiciones y desarrollando como prioridad canales para a la atención telefónica o telemática para todos los procesos con esta entidad.

Es por todo ello que la Real Federación de Fútbol de Madrid recuerda e insta seguir las medidas, tanto de carácter obligatorio como recomendado, a todas aquellas personas vinculadas a la actividad deportiva federada y que deben cumplir de manera estricta toda la normativa emitida por las autoridades públicas en materia sanitaria y deportiva de los órganos competentes sobre la práctica deportiva segura. Hay que ser conscientes de la dificultad de una desinfección total, siendo el objetivo de todas las medidas la disminución del riesgo de contagio.

Cualquier persona que experimente alguno de los síntomas más comunes compatibles con COVID-19, deberá abstenerse de la realización de actividades deportivas siguiendo las recomendaciones de limitar las salidas del domicilio y contactando con los servicios de atención primaria o con el teléfono de atención al COVID-19 de tu comunidad autónoma.

2.2 Información sobre las medidas en las instalaciones deportivas.

A modo de resumen, se deberían definir las siguientes premisas y las medidas de prevención y protección relacionadas a adoptar en cualquier instalación deportiva con respecto a ellas:

- **Distancia Social:** Todas las actividades y lugares del recinto deben de garantizar que al menos haya 1.5 metros de distancia entre los usuarios. Los lugares en los que no se garantice este distanciamiento deberá reducirse el aforo hasta el cumplimiento de las distancias o se podrán mantener cerrados o inutilizados. Cuando para los trabajadores no sea posible, deberán hacer uso de Equipos de Protección individual (EPI's) según normativa oficial (mascarillas, etc.).

- **Mascarilla:** El uso de la mascarilla será obligatorio en todo momento dentro de la instalación deportiva. Esto es, su uso será de obligada observancia tanto en el acceso y salida de las instalaciones o recintos deportivos, durante la estancia en estos, así como durante la práctica deportiva. Su uso será obligatorio en todas las zonas de la instalación, aunque se pueda garantizar la distancia de seguridad interpersonal y para cualquier persona que acceda a la instalación en el ámbito de realización de la actividad competente, sin excepción. En el entorno cambiante actual en el que hay actualizaciones constantes referenciadas a las nuevas evidencias científicas, las obligaciones en el uso de la mascarilla se irán adaptando a la última normativa publicada.

A la vista de la propia naturaleza del fútbol, que requiere un contacto moderado o limitado entre jugadores **en las fases de competición o entrenamientos preparativos de la misma, será obligatorio el uso de la mascarilla durante tales fases.** Esta obligación se mantendrá mientras que continúe en vigor tal previsión normativa o hasta que las autoridades deportivas y sanitarias dispongan y valoren, en función de la evolución epidemiológica de la pandemia y de las recomendaciones médicas y/o científicas al respecto, la idoneidad, efectos o contraindicaciones de su uso, durante tales actividades, sobre la base de la excepción establecida, que refiere lo siguiente al respecto:

Excepcionalmente, **no será exigible el uso de mascarilla** durante la práctica deportiva, individual o colectiva, al aire libre siempre que, teniendo en cuenta la posible concurrencia de personas y las dimensiones del lugar, pueda garantizarse el mantenimiento de la distancia de seguridad con otras personas. No será obligatorio, por tanto, el uso de mascarilla en entrenamientos individuales ni en los grupales en la realización de ejercicios sin contacto y siempre que pueda garantizarse la distancia de seguridad.

En todo caso, este apartado queda subordinado a cualquier actualización o modificación normativa en este sentido, debiendo respetarse en todo momento las normas dictadas por la autoridad competente.

- **Vestuarios, aseos y duchas:** Se deberá asistir a la instalación deportiva con la ropa deportiva puesta, estando el deportista y técnicos preparados para su actividad sin ser preciso el paso por vestuarios puesto que éstos se encontrarán cerrados. En idéntica situación, a la finalización de los entrenamientos, si bien no es una norma muy higiénica, deberán realizar la higiene personal en su domicilio. Sólo estará permitido el cambio de calzado antes de entrar al campo y las bolsas se dejarán en el banquillo en la zona delimitada al efecto para que nadie ajeno al equipo pueda acceder a ellas. En cualquier caso, recomendamos no guardar en ella ningún objeto de valor por prevención.

El vestuario de árbitros podrá ser utilizado única y exclusivamente por el staff técnico y deportistas de la entidad, debiendo el público acudir a los servicios habilitados al efecto en el módulo de la Concejalía de Deportes. Asimismo, podrán acceder al cuarto de material deportivo exclusivamente el equipo técnico de cada equipo para sacar y recoger el material del entrenamiento quienes, de la misma forma, serán los encargados de la desinfección del mismo al término de la actividad.

En todo caso, este apartado queda subordinado a cualquier actualización o modificación normativa en este sentido, debiendo respetarse en todo momento las normas dictadas por la autoridad competente.

- **Inhabilitación de fuentes de agua:** Debido a que se inhabilitarán las fuentes de agua de uso público que no permitan desinfección tras cada uso se aconseja que cada deportista lleve su propia botella de agua correctamente identificada al entrenamiento para garantizar el **uso individual de las mismas.**

- **Campos de juego:** El acceso y la salida de los campos de juego o entrenamiento se hará exclusivamente por los sitios señalizados y habilitados al efecto. En ningún caso se podrá acceder franqueando las vallas de protección perimetrales. El acceso de los deportistas se hará por la puerta central del campo y la salida por el córner contiguo al campo de softbol. Donde los padres recogerán a sus hijos al finalizar el entrenamiento.

- **Limpieza de indumentaria de trabajo o deportiva:** Tanto si se emplean uniformes o ropa de trabajo para los trabajadores de la instalación y ropa deportiva para deportistas como si se emplean vestimenta personal por ambos colectivos, se deberá proceder al lavado y desinfección diaria de los mismos, debiendo lavarse de forma mecánica en ciclos de lavado entre 60 y 90 grados centígrados.

- **Acceso a las instalaciones deportivas:** El entrenador llegará a la instalación con el tiempo suficiente para preparar las medidas preventivas de su equipo y será el responsable de organizar, conforme a dichas medidas, a los componentes del mismo. Los deportistas de la entidad a su llegada se colocarán en la zona delimitada para los equipos, donde se cambiarán de calzado y esperarán a que el entrenador les tome la temperatura con el termómetro y realizarán el lavado de manos con el gel desinfectante para coordinar la entrada al campo por la valla central cuando los equipos anteriores hayan desalojado el campo. Los jugadores deberán mantener la distancia de seguridad de 1,5 m. en esa zona. Se exigirá puntualidad con la hora de citación. Los deportistas que lleguen más tarde de la hora de citación no podrán acceder al campo antes de que una persona del staff les tome la temperatura y se desinfecten las manos con el hidrogel. Los deportistas portarán una bolsa individual donde deberán llevar mascarilla de repuesto, botas, agua, etc., todo bien identificado, y que deberán dejar en las zonas habilitadas al efecto en los banquillos del campo. Se recomienda no llevar ningún artículo de valor.

Los equipos que estuvieran entrenando dentro del campo deberán desalojarlo por la salida del córner junto al softbol donde los padres recogerán a sus hijos y abandonarán las instalaciones por el camino contiguo a las pistas de patinaje. Solo podrá acceder un responsable por deportista a las instalaciones.

No se permitirá acceder a las instalaciones deportivas en el caso de presentar síntomas compatibles con COVID-19, haber estado en contacto con personas infectadas por COVID-19, estar en período de cuarentena o aislamiento preventivo.

- **Uso de Gradass:** Al estar la instalación provista de gradass, y siempre y cuando la asistencia de público fuese posible y no contraviniese las medidas establecidas por sanidad o el organismo competente en el momento de la celebración del evento deportivo, será obligatorio que todos los espectadores permanezcan sentados respetando la distancia de seguridad interpersonal (1,5 metros) y el aforo total será aquel que permita garantizar dicha distancia de seguridad interpersonal. El público accederá a la grada por detrás del módulo de vestuarios siguiendo el recorrido habilitado al efecto.

Si las gradass con localidades no estuvieran habilitadas, los espectadores deberán permanecer de pie respetando la distancia de seguridad interpersonal (1,5 metros).

En todo caso, habrá de respetarse el límite máximo de asistencia de trescientas personas para lugares cerrados y de mil personas tratándose de actividades al aire libre.

En todo momento dentro de la instalación será obligatorio el uso de mascarilla aun cuando se pueda mantener la distancia de seguridad interpersonal (1,5 metros).

No se deberá compartir objetos personales, herramientas ni equipos. En caso de tener que compartirlos deberá realizarse una correcta desinfección entre usos.

- **Acceso a la oficina y al almacén de ropa:** todas las personas que necesariamente debieran acceder al almacén o a la oficina obligatoriamente deberán llevar puesta la mascarilla y utilizar el gel hidroalcohólico situado en la entrada tanto al entrar como al salir.

Solo podrá acceder al interior una persona ajena al personal de la entidad cada vez. En la medida de lo posible, se evitará el acceso de entrenadores o deportistas a la oficina y almacén de ropa deportiva. La atención administrativa al público se realizará, en estas circunstancias, por teléfono, whatsapp o por correo electrónico. El acceso a la oficina se reservará exclusivamente para entregar, recoger o firmar documentación y recoger ropa deportiva solicitando cita previa por teléfono o por correo electrónico. El director deportivo y el psicólogo atenderán sus consultas también por teléfono, correo electrónico o en el exterior del módulo manteniendo la distancia de seguridad si es imprescindible la atención presencial.

Dadas las circunstancias, no será posible que los deportistas se prueben la ropa deportiva. Por este motivo, los deportistas nuevos deberán facilitar sus medidas (desde Administración se les indicará cuáles son necesarias) para poder preparar sus packs. Los deportistas ya pertenecientes a la entidad deberán encargarse directamente las prendas de la talla que necesiten.

Por motivos sanitarios y de seguridad, esta temporada no será posible hacer pagos en efectivo en las instalaciones. Todos los pagos se realizarán por ingreso o transferencia a la cuenta de la entidad.

Las personas que necesitaran entrar en la oficina deberán guardar la fila desde la puerta de la entrada al módulo de vestuarios. En ningún caso deberán situarse a esperar en la entrada del almacén ni de la oficina. En la fila, deberán llevar puesta la mascarilla y respetar la distancia de seguridad de 1,5 metros. Se les avisará cuando llegue su turno.

No estará permitido el acceso al público en general a los vestuarios de deportistas ni de árbitros. Tampoco estarán operativas las máquinas de vending ni las fuentes del exterior del módulo. Se ruega a todas las personas (deportistas o acompañantes) que acudan a las instalaciones deportivas, lo hagan en los horarios de entrenamiento que tengan asignados y respeten todas las normas y protocolos de seguridad permaneciendo en ellas exclusivamente el tiempo que dure su entrenamiento o su partido.

2.3. Información sobre las obligaciones de los usuarios en las instalaciones.

Se entenderá como usuarios de las instalaciones tanto a los deportistas como a sus acompañantes.

Los usuarios tendrán la obligación de cumplir con las medidas de higiene y protección recordadas en las instalaciones deportivas por medio de cartelería visible, establecidas por la autoridad sanitaria contra el COVID-19 y/o por la propia instalación deportiva, con especial énfasis en la recomendación del lavado de manos durante la estancia en las instalaciones, el uso de los hidrogeles desinfectantes puestos a disposición de los usuarios, esencialmente a la entrada y a la salida de la instalación. Igualmente se deberá mantener el lavado de manos con regularidad, antes y después del entrenamiento o de la competición, y hacerlo de manera correcta durante al menos 30 segundos. También se deberá mantener el uso de la mascarilla dentro de las instalaciones y la prohibición de compartir comida o bebida con otros usuarios o deportistas.

Los acompañantes de los deportistas deberán igualmente cumplir las normas de la instalación siempre y en todo caso y seguir las directrices marcadas por las instalaciones deportivas o por los responsables de los clubs o asociaciones para la entrega y recogida de los menores, que deberá ser rápida y ágil por el tiempo mínimo necesario evitando permanecer en las instalaciones innecesariamente. A tales efectos, los acompañantes de menores y personas con discapacidad serán informados de la zona habilitada, específicamente para tal fin en la cual deberá garantizarse, en todo caso, la distancia de interpersonal de 1,5 metros siendo obligatorio el uso de mascarilla.

2.4. Desplazamientos.

Si el desplazamiento de los participantes al lugar de celebración de la actividad se realiza en autobús privado, la empresa responsable de los mismos deberá poder acreditar que cumple con los protocolos de desinfección previstos por las autoridades sanitarias y que sus conductores están en perfectas condiciones de salud. Igualmente se deberían usar mascarillas cuando el transporte de dos o más participantes se realice en vehículo privado y no pertenezcan al mismo grupo familiar.

Sería muy recomendable que los vehículos se sometieran a una desinfección previa a la utilización por parte del equipo. La distancia mínima entre los pasajeros en su interior será la máxima posible. Los conductores llevarán mascarilla y mantendrán las medidas de distancia social recomendadas.

Se obliga al uso de mascarilla en todos los transportes públicos y privados, ya sean discrecionales o no.

2.5. Declaración Responsable.

Los deportistas tienen la responsabilidad de informar de su estado de salud al club si ha presentado síntomas o si ha mantenido contacto estrecho con alguna persona, dentro de las medidas de confidencialidad oportunas, de manera previa a través de la DECLARACIÓN RESPONSABLE (ANEXO II) o en cualquier otro momento si su estado de salud cambiase con respecto al inicio. Deben evitar contacto con personas afectadas por COVID-19. En caso de que así fuera, comunicarlo inmediatamente al club o responsable. Igualmente vigilar en cada encuentro la detección de síntomas de posible contagio COVID-19.

3 Disposiciones con respecto al inicio de los entrenamientos o de las competiciones deportivas

Siguiendo las instrucciones ya detalladas en las Disposiciones Generales sobre el uso de la mascarilla, y con las excepciones en ese punto detalladas, **será obligatorio su uso durante la práctica deportiva al aire libre con el contacto que, por la propia naturaleza de este deporte, incluye la competición y los entrenamientos pre-competición. No será obligatorio su uso exclusivamente en los entrenamientos individuales o grupales durante la realización de ejercicios sin contacto al aire libre.**

Durante el tiempo que duren los entrenamientos y la competición, los deportistas y staff deben reforzar y cumplir al máximo las medidas de protección e higiene personal en el ámbito familiar, social y deportivo, y todos los protocolos que sobre ello establecen las autoridades sanitarias, evitando situaciones de posible contagio, con el material de protección oportuno.

Asimismo, se hace importante mantener medidas de atención sobre la higiene del material técnico de entrenamiento o juego, de la ropa deportiva, del calzado o de los enseres personales, con un lavado diario exhaustivo y/o desinfecciones oportunas en ciclos de lavado entre 60 y 90 grados centígrados. No compartir el material deportivo en la medida de lo posible y, de hacerlo, realizar limpieza o desinfección previa y posterior. Prestar igual atención a las superficies de contacto compartidas, dejar las bolsas, mochilas o efectos personales en los espacios habilitados al efecto. No compartir ni comida, ni bebidas.

Los técnicos, monitores o entrenadores deberán mantener durante las actividades deportivas la distancia de seguridad interpersonal mínima de 1,5 metros en las instalaciones o, en su defecto, utilizar mascarilla.

Previa a la actividad deportiva, cada deportista, obligatoriamente, deberá rellenar y entregar la **DECLARACIÓN RESPONSABLE (ANEXO II)** con el fin de garantizar que la salud del participante (y las personas con las que convive) durante los 14 días previos al inicio de la actividad deportiva ha sido la adecuada y no ha sufrido ningún síntoma como tos, fiebre, cansancio o falta de aire y no ha estado en contacto con nadie con dicha sintomatología. Evitar contacto con personas afectadas por COVID-19. En caso de que así fuera, comunicarlo inmediatamente al médico, club o responsable. Igualmente vigilar en cada encuentro la detección de síntomas de posible contagio COVID-19.

Asimismo, durante el desarrollo de la práctica de cualquier especialidad del fútbol se evitarán las celebraciones en grupo, los contactos voluntarios innecesarios, escupir, las entregas de trofeos, los protocolos de juego limpio o *cordiality* (como el saludo inicial), las fotos de grupo, el uso compartido de botellas, compartir alimentos, etc.

Todos los cambios que se vayan produciendo a medida que evolucione la pandemia y que sean informados por los organismos oficiales competentes les serán comunicados a la mayor brevedad.

ANEXO I

INFORMACIÓN PARA FAMILIAS SOBRE MEDIDAS PERSONALES DE HIGIENE Y PREVENCIÓN OBLIGATORIAS

1. No debe acudir a la actividad deportiva en los siguientes casos:

- Si presentas cualquier sintomatología (tos, fiebre, dificultad al respirar, etc.) que pudiera estar asociada con el COVID-19. En este caso, tienes que contactar con el teléfono de atención al COVID-19 para la Comunidad de Madrid (900102112) o con tu centro de atención primaria y seguir sus instrucciones.
- No debes acudir a lugares donde se encuentren más personas hasta que te confirmen que no hay riesgo para ti o para los demás.
- Si has estado en contacto estrecho (convivientes, familiares y personas que hayan estado en el mismo lugar que un caso mientras el caso presentaba síntomas a una distancia menor de 2 metros durante un tiempo de al menos 15 minutos) o has compartido espacio sin guardar la distancia interpersonal con una persona afectada por el COVID-19. En este caso debes realizar un seguimiento por si aparecen signos de la enfermedad durante 14 días.
- Puedes participar, bajo tu responsabilidad, si eres vulnerable o convives con una persona que sea vulnerable por edad, por estar embarazada o por padecer afecciones médicas anteriores (como, por ejemplo, hipertensión arterial, enfermedades cardiovasculares, diabetes, enfermedades pulmonares crónicas, cáncer o inmunodepresión). Pero esto puede suponer un grave riesgo para ti o para las personas con las que vives.

2. Recomendaciones relativas a los desplazamientos a la actividad

- Siempre que puedas, prioriza las opciones de movilidad que mejor garanticen la distancia interpersonal de aproximadamente 2 metros. Por esta razón, es preferible en esta situación el transporte individual.
- Guarda la distancia interpersonal y ponte mascarilla cuando vayas caminando por la calle.
- Si te tienes que desplazar en un turismo, extrema las medidas de limpieza del vehículo y evita que viaje más de una persona por cada fila de asientos manteniendo la mayor distancia posible entre los ocupantes.
- En los viajes en transporte público guarda la distancia interpersonal con el resto de las personas usuarias. Es obligatorio usar una mascarilla si vas en transporte público.
- Utiliza tus equipos de protección individual desde la salida de casa.

3. Recomendaciones generales de protección e higiene frente al COVID-19

- Lavar frecuentemente las manos con agua y jabón, o con una solución hidroalcohólica, durante 40 segundos. Es especialmente importante después de toser o estornudar o al inicio y fin de actividades en espacios compartidos. En el caso de que tener los antebrazos descubiertos durante la actividad, es recomendable incluir el lavado de antebrazos
- Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser y estornudar y desecharlo a continuación a un cubo de basura que cuente con cierre. Si no se dispone de pañuelos emplear la parte interna del codo para no contaminar las manos.
- Evitar tocar los ojos, la nariz o la boca. Evitar el saludo con contacto físico, incluido el dar la mano.
- Si se empieza a notar síntomas, extremar las precauciones tanto de distanciamiento social como de higiene y avisar a los responsables de la actividad para que contacten de inmediato con los servicios sanitarios.
- Todo material de higiene personal (mascarillas, guantes de látex, etc.) debe depositarse en las papeleras habilitadas al efecto, de desechos orgánicos.

ANEXO II

DECLARACION RESPONSABLE PARA EL REINICIO DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA

Como DEPORTISTA, D./D^a, _____,
con N.I.F. _____

Y si el deportista federado es menor de edad, en condición de tutor legal del mismo:

D./D^a. _____,
con N.I.F. _____

DECLARA que:

1. El **DEPORTISTA** arriba indicado **NO PADECE** en el momento actual enfermedad infectocontagiosa (tipo varicela, molusco contagioso, papiloma/verruca plantar, hongos/micosis cutáneas, pie de atleta, conjuntivitis vírica o bacteriana, etc.) ni ninguna otra que precise atención especial.

En caso de padecer alguna de estas patologías es obligatorio aportar informe médico que haga constar que está en seguimiento y/o tratamiento de la misma y es compatible con asistir a la actividad. Si durante el período de actividad deportiva aparece alguna de estas patologías, igualmente será obligatorio adjuntar informe médico.

2. Ante la situación de pandemia por el SARS-CoV-2, para garantizar la salud de los participantes y de la población, **el DEPORTISTA ASEGURA** que su salud durante los 14 días previos a la entrada a las actividades deportivas ha sido la adecuada y no ha presentado ni tos, ni fiebre, ni cansancio o falta de aire; además de no haber estado en contacto con nadie diagnosticado de COVID-19, o con dicha sintomatología compatible con la COVID-19. Igualmente se confirma que, si durante el periodo de desarrollo de la actividad deportiva, se produjeran en el DEPORTISTA, o en las personas que conviven con él/ella alguno de los síntomas antes citados, el DEPORTISTA no acudirá a la actividad y este hecho sería comunicado a los responsables de la organización. La misma situación de no asistencia se producirá en caso de que, durante el período de desarrollo de la actividad deportiva, el DEPORTISTA tuviera contacto con alguna persona diagnosticada de COVID-19 o con los síntomas compatibles con la enfermedad arriba descritos.

Por otra parte, el **DEPORTISTA CONFIRMA** su compromiso de controlar diariamente su temperatura antes de acudir a la actividad deportiva y comunicarlo al organizador, y de que en el caso de que esta fuera igual o superior a 37,5°C, el DEPORTISTA no acudirá al desarrollo de las actividades deportivas y lo comunicará a los responsables organizadores.

3. El **DEPORTISTA CONOCE** los riesgos derivados de la pandemia de COVID-19, y asume toda la responsabilidad ante la posibilidad de contagio, aunque se tomen medidas de seguridad y distanciamiento establecidas en la normativa vigente. Conoce también el hecho de que, según la

situación en que esté incluida la Comunidad de Madrid en el período de realización de la actividad deportiva, podría ser obligatorio el uso de mascarillas y/u otros equipos de protección individual, contra el contagio del coronavirus, por lo que será el DEPORTISTA (o sus padres/madres o tutores caso de ser menor de edad) el que deberá disponer de estos productos en cantidad suficiente durante el periodo de permanencia dentro de la instalación deportiva.

También el **DEPORTISTA** afirma ser consciente y acepta la posibilidad de anulación o cese de la actividad deportiva, en caso de producirse, por incidencias relacionadas con el contagio del virus. También entiende y acepta que según la evolución de la pandemia o sus fases pudiera producirse cualquier modificación en la normativa y los protocolos.

4. Igualmente, el **DEPORTISTA ES CONSCIENTE** de que, aunque los responsables y encargados de las instalaciones deportivas den las instrucciones oportunas y establezcan las medidas y controles posibles, el mantenimiento de la distancia de seguridad depende del comportamiento individual de los deportistas, por lo que no es posible asegurar totalmente y en todo momento el cumplimiento de dicha distancia de seguridad.

En Rivas Vaciamadrid, a _____ de _____ de 2020

Firma:

El Deportista o tutor legal del Deportista D./D^a. _____