



P R O T O C O L O C O V I D 1 9

2 0 2 0

R A M A S D E P O R T I V A S

" D E J A R L A V I D A P O R L O S C O L O R E S "

CIÓN WA

1892

Contenidos

A. OBJETIVOS

B. DISPOSICIONES GENERALES

C. ETAPAS DE PROTOCOLO

D. INSTALACIONES

E. ANEXOS

CIÓN WA


1892

A. OBJETIVOS

- Lograr el retorno a los entrenamientos presenciales en cancha al aire libre, disminuyendo al máximo las posibilidades de contagio entre los y las deportistas y cuerpo técnico
- Dar los lineamientos que deben seguir los y las deportistas, junto con el cuerpo técnico tanto en las actividades previas como en el desarrollo del propio entrenamiento

B. DISPOSICIONES GENERALES

- Los entrenamientos se realizarán de forma presencial para todas las categorías y ramas de la Corporación, con límites de los y las deportistas dependiendo de la disciplina.
- Tanto a la llegada, durante y al final del entrenamiento, los y las deportistas no podrán saludarse de abrazos, besos ni manos. Responsabilidad de distancia social
- Se solicitará una toalla de uso personal para asistir a los entrenamientos (cada participante debe traerla desde su hogar) impidiendo de esta manera secarse el sudor con las manos.
- Cada participante deberá traer desde su hogar una botella con agua de uso PERSONAL, la cual deberá estar con nombre y dentro del bolso con sus pertenencias.
- en caso de necesitar ir al baño deberá disponer de un calzado extra el cual será cambiado al salir del espacio de entrenamiento y al reingreso y aplicación de alcohol gel en sus manos

- 
- Los y las deportistas deberán entrenar en la zona delimitada y exclusiva para ellos y ellas y no intercambiar pareja, solo en caso de ser necesario. De esta manera podremos tener claridad de los contactos estrechos en caso de ser necesario
 - Se hará toma de temperatura previo al inicio del entrenamiento.

El presente protocolo puede variar o mantenerse dependiendo de las Etapas y dictámenes del MINSAL

C. ETAPAS DE PROTOCOLO

c.1 Encuesta previa

Se realizará una encuesta online previa a cada deportista y miembro del cuerpo técnico, la cual debe llenarse previo a trasladarse hasta el lugar de entrenamiento, con el objetivo de identificar si algún miembro del club presenta algún síntoma, de modo de evitar un posible contagio.

La encuesta tiene además los siguientes objetivos:

- Identificar la forma de traslado de los y las deportista, de modo de realizar el seguimiento de los contactos en caso de producirse algún contagio.
- Aclarar si el o la deportista se encuentra de acuerdo con volver a los entrenamientos.
- Identificar si algún o alguna deportista cuenta con integrantes del grupo familiar que se encuentre dentro del grupo de riesgo y que complique la participación de la y el deportista en los entrenamientos.

Encuesta previa al inicio de entrenamientos

- ¿Ha tenido contacto estrecho con una persona confirmada con COVID-19?.

Presenta algún impedimento para reintegrarse a los entrenamientos como por ejemplo:

- Enfermedad crónica como: ASMA, Hipertensión, Diabetes o alguna cardiopatía.
- Vive con alguna persona que esté en el grupo de riesgo o que presente algunas de las patologías del punto anterior.
- No tengo ningún impedimento para reintegrarme a los entrenamientos.

C.2. Preparación del lugar de entrenamiento e Implementos

- El cuerpo técnico llegará antes al lugar de entrenamiento, para realizar el aseo del lugar con amonio cuaternario o alcohol.
- Se realizará la limpieza de balones, carros y todos los implementos que se utilizarán durante el entrenamiento.
- Se preparará alfombra con amonio cuaternario para la limpieza de pies al ingreso de la cancha.

C.3. Equipamiento personal de deportistas

Los y las deportistas se deberán presentar a cada entrenamiento con un bolso o mochila que contenga en su interior el siguiente equipamiento personal recomendado:

- Botella de agua PERSONAL, con tapa.
- Mascarilla para ingresar al entrenamiento y para escuchar instrucciones grupales. La actividad física puede ser desarrollada sin mascarillas manteniendo la distancia correspondiente
- Una bolsa donde guardar las zapatillas de entrenamiento.
- Alcohol gel.
- Toalla PERSONAL.

C.4. Traslado y Llegada al Lugar de Entrenamiento

- Los y las deportistas se trasladarán de preferencia en vehículos particulares evitando el uso de locomoción colectiva.
- Al lugar de entrenamiento sólo accederán el número de deportistas autorizados por la SEREMI de salud y el cuerpo técnico (se considerará un máximo de 10 deportistas por grupo). Los apoderados en caso de la Escuela de Fútbol, no podrán acceder al lugar de entrenamiento y en caso de ser necesario, esperarán en sus respectivos vehículos.
- Los y las jugadoras llegarán vestidas con su ropa de entrenamiento, de tal manera de no utilizar camarines. Deberán llegar con calzado de viaje (distinto al de entrenamiento)
- Al ingreso se realizará el control de temperatura respectivo a cada deportista por un integrante del cuerpo técnico y se confirmará la recepción conforme de la encuesta previa.
- Para ingresar a la cancha los jugadores deberán limpiar sus pies en alfombra con amonio cuaternario o alcohol y sus manos con alcohol gel.
- Los y las deportistas se pondrán sus zapatillas de entrenamiento, ubicándose en el contorno de la cancha separados a 2 metros de distancia cada uno

C.5. Desarrollo del Entrenamiento

Los trabajos a desarrollar durante el entrenamiento, dependerán de la Fase de trabajo en la cual se encuentre el club.

Durante el entrenamiento se realizarán pausas en las cuales los y las participantes podrán tomar agua desde sus botellas PERSONALES, previa limpieza de manos con alcohol gel.

Se realizarán 1 entrenamientos por semana. En cada sesión participarán 10 deportistas como máximo. En caso de existir mayor cantidad de deportistas se deberá separar en dos grupos heterogéneos sin sobrepasar el limite establecido y dividiendo el tiempo en ambos grupos

C.6. Salida del Lugar de Entrenamiento

- Los y las deportistas una vez terminado el entrenamiento sanitizarán sus zapatillas de entrenamiento y las guardarán en la bolsa dispuesta para ello.
- Se limpiarán las manos con alcohol gel.
- Los y las deportistas se retirarán a sus hogares evitando asistir a lugares en los cuales se puedan contagiar.
- El cuerpo técnico realizará la limpieza de todos los implementos con amonio cuaternario o alcohol con ayuda de un delegado/a el cual debe ir rotando.



D. INSTALACIONES

Las actividades de entrenamiento se desarrollarán en espacios al aire libre (playa, multicancha, auditorios, etc) el cual debe ser lo suficientemente amplio para desarrollar la actividad .

En caso que el recinto tenga baños y duchas, lo recomendable es no hacer uso de estas para prevenir contagios



E. REQUERIMIENTOS

5 DISPENSADORES DE ALCOHOL GEL

5 TERMOMETROS A DISTANCIA

5 PEDILUVIOS

5 DISPENSADORES DE AMONIO CUATERNARIO O
ALCOHOL AL 70%

MASCARILLAS Y ESCUDOS FACIALES PARA
ENTRENADORES/AS