



# PROTOCOLO ACTUACION FRENTE A COVID 19 PARA EL RETORNO SEGURO A ENTRENAMIENTOS



5/10/2020

Edición 1

COMISIÓN COVID 19 - PRU



INDICE

<b>1.</b>	<b>INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>2</b>
<b>2.</b>	<b>ALCANCE Y OBJETIVO .....</b>	<b>2</b>
<b>3.</b>	<b>MEDIDAS ANTI COVID19. PRACTICAS DE OBLIGADO CUMPLIMIENTO .....</b>	<b>3</b>
3.1.	ANTES DEL COMIENZO DEL ENTRENAMIENTO .....	3
3.2.	ENTRADA A LAS INSTALACIONES.....	3
3.3.	INICIO DEL ENTRENAMIENTO.....	4
3.4.	FINAL DEL ENTRENAMIENTO.....	4
3.5.	SALIDA DE LAS INSTALACIONES .....	4
3.6.	LIMPIEZA DE MATERIAL DE ENTRENAMIENTO .....	5
<b>4.</b>	<b>ACTUACIÓN DE LOS PADRES Y DEL CLUB EN CASO DE CASOS SOSPECHOSOS, CONFIRMADOS Y CONTACTOS ESTRECHOS .....</b>	<b>5</b>
4.1.	ACTUACIÓN ANTE UN CASO SOSPECHOSO .....	5
4.1.1.	Durante los entrenamientos.....	5
4.1.2.	Fuera de los entrenamientos.....	6
4.2.	ACTUACIÓN ANTE UN CASO CONFIRMADO .....	6
4.3.	REINCORPORACIÓN A LOS ENTRENAMIENTOS.....	7



## 1. INTRODUCCIÓN

Este documento propio del PRU estará disponible para todas las partes interesadas.

Incluye las prácticas que serán de obligado cumplimiento para todos sus integrantes entre los que se dará la máxima difusión.

Es responsabilidad de la "Comisión COVID PRU" como órgano gestor y regulador de cualquier aspecto relacionado con control y medidas ANTICOVID, velar por su aplicación.

Composición de la "Comisión COVID PRU": esta comisión está formada por los siguientes integrantes: Dtor. Técnico, coordinador COVID, representante delegados categorías, representante coordinadores entrenadores y otros integrantes que la propia comisión considere.

Todo el staff técnico del PRU ha superado exitosamente y dispone de certificado en vigor del "Programa COVID 19: test de conocimientos para retorno al juego para entrenadores y jugadores" de World Rugby.

Son de aplicación a este protocolo entre otros, los siguientes documentos:

- "Plan de Retorno al Rugby" de la Federación FER.
- "Protocolo de prevención COVID19 para entrenamientos y competición" de la FRM.
- Protocolo COVID19 instalaciones deportivas municipales espacios exteriores" del Ayuntamiento de Paracuellos.
- "Programa COVID 19 conocimientos para retorno al juego para entrenadores y jugadores" de World Rugby.

## 2. ALCANCE Y OBJETIVO

De aplicación en las instalaciones deportivas municipales en las que desarrollamos nuestra actividad deportiva.

El contenido de este plan estará siempre condicionado por las normas y directrices que se dicten por las autoridades estatales, autonómicas y locales competentes, así como por la Federación Española de Rugby (FER) y la Federación Madrileña de Rugby (FRM).

Definir el conjunto de medidas de actuación y prevención que serán de obligado cumplimiento en las instalaciones deportivas.

Delimitar los protocolos de limpieza de instalaciones y materiales para garantizar la actividad segura.

Informar a todas las personas relacionadas con nuestro club PRU (entrenadores, coordinadores, delegados, jugadores y padres) sobre estas pautas de actuación y concienciar a todos ellos de la responsabilidad personal y sensibilización para afrontar con el menor riesgo posible nuestra actividad deportiva.

El Club seguirá las medidas que le indique Salud Pública y Ayuntamiento de Paracuellos e informará a entrenadores, delegados, Federaciones (FMR y FER), jugadores y familias.

El "coordinador COVID" que se encargará de poner en marcha y supervisar todas las medidas del protocolo y hacer de enlace con la Federación para comunicar cualquier incidente o cambio en el protocolo en coordinación con la Secretaria General de la FMR que será la responsable de



seguridad e Higiene de la Federación y se encargará de coordinar con los Clubes todas las medidas COVID y sus posibles cambios.

### 3. MEDIDAS ANTI COVID19. PRACTICAS DE OBLIGADO CUMPLIMIENTO

#### 3.1. ANTES DEL COMIENZO DEL ENTRENAMIENTO

Los delegados de cada categoría comprobarán que cualquier persona jugador y entrenador que vaya a acceder a las instalaciones haya cumplimentado previamente su DECLARACION RESPONSABLE PARA EL REINICIO DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA Y CONTROL COVID. Este requisito es obligatorio para poder identificar al jugador y padres del jugador.

No deben acudir a las instalaciones ni participar en entrenamientos aquellas personas que tengan síntomas compatibles con COVID-19, sean parte del Staff, jugadores, padres o madres u otro personal, así como aquellas personas que se encuentren en aislamiento por diagnóstico de COVID-19.

Tampoco acudirán aquellos que se encuentren en período de cuarentena domiciliaria por haber mantenido un contacto estrecho con alguna persona diagnosticada de COVID-19.

Los síntomas son cuadro clínico de infección respiratoria aguda de aparición súbita de cualquier gravedad que cursa, entre otros, con fiebre, tos o sensación de falta de aire.

Otros síntomas como el dolor de garganta, pérdida de olfato y/o gusto, dolores musculares, diarreas, dolor torácico o cefaleas, entre otros, pueden ser considerados también síntomas de sospecha de infección por SARS-CoV-2

#### 3.2. ENTRADA A LAS INSTALACIONES

Se deberán respetar en todo momento las indicaciones dadas por el propio polideportivo en cuanto a entrada, salida y sentido del tránsito de personas que estará adecuadamente señalizado.

Se realizará una adecuada higiene de manos, uso de mascarilla como protección respiratoria y se respetará la distancia de 1,5 metros entre personas. No estará permitido cualquier tipo de contacto corporal.

Se establece como punto de control el acceso por puerta principal de **Avenida de los Deportes**. El acceso desde este punto de control los jugadores accederán acompañados por sus entrenadores al campo. Los padres quedan en el exterior de la instalación. ocuparán un espacio en la acera en la cual se respeten las distancias de seguridad para evitar aglomeraciones.

Los jugadores deberán personarse 10 minutos antes del inicio del entrenamiento. Todos los jugadores junto con el entrenador que les recoja entrarán en grupo a su hora, no permitiéndose el acceso al polideportivo de forma individual.

Para poder acceder a las instalaciones los jugadores deberán encontrarse al corriente de la cumplimentación de la documentación correspondiente: DECLARACION RESPONSABLE PARA EL REINICIO DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA Y CONTROL COVID, y formulario inscripción o solicitud de tarjeta de entrenamiento.



El delegado tomará la temperatura tanto a entrenadores como a jugadores y si alguno de ellos tuviera fiebre superior a 37,5 grados no participaría en el entrenamiento, y en el caso de los menores se avisará inmediatamente a la persona que en ese momento acompañe al jugador y a los padres, y se iniciará el protocolo detallado en el apartado 4.1.1. de este documento basado en al protocolo de la Comunidad de Madrid, y tal y como se indica en documento DECLARACION RESPONSABLE PARA EL REINICIO DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA Y CONTROL COVID.

Los entrenadores realizarán el registro riguroso (por grupos) de asistencia a cada sesión de entrenamiento: delegados, entrenadores, jugadores (inscritos y en prueba).

La caseta permanecerá abierta exclusivamente para el personal del club y con acceso limitado exclusivamente a personas autorizadas.

### 3.3. INICIO DEL ENTRENAMIENTO

Los entrenadores de cada categoría distribuirán a los jugadores en grupos de 20 con subgrupos “burbuja” de trabajo estables e invariables (número de jugadores en función de la proporción jugadores entrenador) que trabajarán integrados en el equipo.

Se llevará a cabo una adecuada higiene de manos, uso de mascarilla como protección respiratoria, y se respetará el “Plan de Retorno al Rugby” de la Federación FER.

Cada entrenador y cada jugador utilizará material individual e intransferible (bolsa, mochila, ropa, botella, casco, bucal, peto...). Este material personal se ubicará, sin mezclar con el de otras personas, en un lugar del campo designado y señalado previamente a tal efecto.

El material de entrenamiento común (conos, balones, sacos, etc.) será limpiado y posteriormente desinfectado antes y después de cada entrenamiento. Se asignará material de entrenamiento específico para cada categoría, subgrupo “burbuja” de trabajo estable.

### 3.4. FINAL DEL ENTRENAMIENTO

Se mantendrá una adecuada higiene de manos, uso de mascarilla como protección respiratoria y se respetará la distancia de 1,5 metros entre personas. No estará permitido cualquier tipo de contacto corporal.

Grito final PRU con jugadores separados y mascarillas.

Cada jugador recogerá su material individual e intransferible (bolsa, mochila, ropa, botella, casco, bucal, peto...)

Los entrenadores recogerán el material de entrenamiento asignado a cada grupo y los elementos utilizados para delimitar el campo de entrenamiento. Se depositarán en un espacio acotado para su limpieza y desinfección antes de proceder a guardarlo en la caseta. Se intensificará la ventilación de la caseta así como su limpieza y desinfección.

### 3.5. SALIDA DE LAS INSTALACIONES

Se seguirá una adecuada higiene de manos, uso de mascarilla como protección respiratoria y se respetará la distancia de 1,5 metros entre personas. No estará permitido cualquier tipo de contacto corporal.



Se establece como punto de salida de los jugadores la puerta principal de **Avenida de los Deportes**. Desde este punto de control los jugadores serán entregados por sus entrenadores a padres y acompañantes 10 minutos después de la finalización del entrenamiento. Deberá mantenerse la distancia de seguridad en la acera durante la recogida de jugadores evitando aglomeraciones.

### 3.6. LIMPIEZA DE MATERIAL DE ENTRENAMIENTO

El material utilizado durante el entrenamiento debe limpiarse y desinfectarse antes de su uso.

Se distribuirá a cada subgrupo “burbuja” de trabajo su material que será intransferible durante la realización del entrenamiento.

Al término del entrenamiento se limpiará y desinfectará de nuevo.

Se utilizará agua jabonosa, lejía diluida con agua fría (1:50) o cualquier producto virucida autorizado por el Ministerio de Sanidad.

¿Cómo preparar la lejía al 1:50?

- Coger 20 ml de lejía casera, no importa la marca.
- Echarlo dentro de una botella de 1 litro.
- Rellenar la botella con agua del grifo hasta completar.
- Cerrar y darle la vuelta varias veces para mezclar.

Todos los recipientes que contengan desinfectantes deberán estar claramente identificados. Para su manipulación deberán usarse guantes. No deberán aplicarse sobre personas.

## 4. ACTUACIÓN DE LOS PADRES Y DEL CLUB EN CASO DE CASOS SOSPECHOSOS, CONFIRMADOS Y CONTACTOS ESTRECHOS

### 4.1. ACTUACIÓN ANTE UN CASO SOSPECHOSO

Se define como caso sospechoso toda aquella persona que manifieste síntomas compatibles con Covid19. Los síntomas han sido descritos en detalle en apartados anteriores.

#### 4.1.1. Durante los entrenamientos

Ante una persona que desarrolle síntomas compatibles con COVID-19 durante el entrenamiento:

- Se le colocará una mascarilla quirúrgica, se le llevará a un espacio separado, y se contactará con los padres para su recogida, así como con el coordinador COVID-19.
- La persona que acompañe al caso sospechoso deberá llevar el equipo de protección individual adecuado:
  - mascarilla higiénica o quirúrgica, si la persona con síntomas la lleva.
  - mascarilla FFP2 sin válvula, si la persona con síntomas no se puede poner una mascarilla quirúrgica (niños menores de 6 años, personas con problemas respiratorios, que tengan dificultad para quitarse la mascarilla por sí solas o que



tienen alteraciones de conducta que hagan inviable su utilización), además de una pantalla facial y una bata desechable.

(El Club deberá disponer de un stock de este material para las situaciones en las que se requiera un EPI para la atención de un caso sospechoso).

El entrenador o persona designada acompañará al menor al exterior del recinto para su recogida por parte de los padres.

La persona afectada se considera caso sospechoso y deberá permanecer aislada en su domicilio hasta disponer de los resultados de la pruebas diagnósticas, según se refiere en la Estrategia de detección precoz, vigilancia y control de COVID-19 de la Comunidad de Madrid. También permanecerán en el domicilio los hermano/as del caso sospechoso, hasta el resultado de las pruebas, por ser contactos familiares convivientes.

Se pondrán en contacto a la mayor brevedad con el Centro de Salud para su diagnóstico y realización de pruebas de detección o con el teléfono 900 102 112 de la Comunidad de Madrid para COVID-19.

El periodo para buscar contactos estrechos será desde 2 días antes del inicio de síntomas del caso hasta el momento en el que el caso es aislado.

De acuerdo al protocolo sanitario de la Comunidad de Madrid hasta la obtención del resultado diagnóstico que confirme el caso no se indicará ninguna acción sobre los contactos estrechos del equipo que continuarán de forma normal extremando las medidas de prevención e higiene. No obstante, por precaución, el Club comunicará a los padres la aparición de todo caso sospechoso pendiente de confirmar a efectos de que tomen las decisiones oportunas.

Si el caso sospechoso se confirmara se actuará según el apartado 4.2., y si fuera descartado (PCR negativa) tanto la persona afectada como los contactos estrechos continuarán con normalidad los entrenamientos.

#### 4.1.2. Fuera de los entrenamientos

Si algún jugador o miembro del Staff desarrollara síntomas fuera de los entrenamientos igualmente deberá notificarlo para verificar si pueden existir contactos estrechos en los 2 días anteriores a la aparición de los mismos y actuar como se describe en el apartado anterior.

Se comunicará al Delegado de la categoría que el jugador está enfermo. El Delegado lo comunicará al coordinador COVID y al entrenador de la categoría.

### 4.2. ACTUACIÓN ANTE UN CASO CONFIRMADO

Si el caso sospechoso se confirma, se debe comunicar **inmediatamente** al Club y no debe acudir a las instalaciones deportivas.

Se debe informar al Delegado del diagnóstico quien lo comunicará a Coordinador COVID y a entrenador de la categoría.



Debe permanecer en aislamiento hasta transcurridos 3 días del fin del cuadro clínico y un mínimo de 10 días desde el inicio de los síntomas. No será necesario la realización de una PCR para levantar el aislamiento.

En el caso de que el jugador afectado formara parte de un subgrupo “burbuja” todos los integrantes serán considerados contactos estrechos y el club los identificará y avisará. Deberán contactar a la mayor brevedad con su centro de salud o con el teléfono 900 102 112 de la Comunidad de Madrid para COVID-19 para recibir las instrucciones oportunas. Se indicará vigilancia de síntomas y cuarentena en el domicilio durante los 10 días posteriores al último contacto con un caso confirmado.

Si el caso confirmado hubiera estado en un grupo no considerado “burbuja” se considerará contacto estrecho a cualquier persona que haya compartido espacio con el caso confirmado a una distancia <1,5 metros alrededor del caso durante más de 15 minutos salvo que se pueda asegurar que se ha hecho un uso adecuado de la mascarilla. La evaluación del uso adecuado de la mascarilla será realizada por el entrenador e informará al coordinador COVID-19 del Club.

El periodo para buscar contactos estrechos en los casos asintomáticos confirmados por PCR, será desde 2 días antes de la fecha de toma de muestra para diagnóstico.

En los casos asintomáticos el aislamiento se mantendrá hasta transcurridos 10 días desde la fecha de toma de la muestra para el diagnóstico

Todos los casos confirmados así como los contactos estrechos deberán seguir las instrucciones del personal sanitario que les atienda prevaleciendo éstas sobre el presente protocolo que es orientativo.

El Coordinador Covid19 del Club notificará el caso confirmado y contactos estrechos al Ayuntamiento de Paracuellos como titular de las instalaciones a los efectos oportunos, manteniendo la confidencialidad de los datos.

#### 4.3. REINCORPORACIÓN A LOS ENTRENAMIENTOS

Antes de la reincorporación de cualquier caso sospechoso o confirmado deberá haber recibido la preceptiva alta médica y notificarlo al Club siempre previo a su regreso. Igualmente los contactos estrechos de casos confirmados.

La notificación se hará por la misma vía que se hizo la notificación de caso sospechoso y/o confirmado y que ha sido indicada en apartados anteriores.