

MEDIDAS EXTRAORDINARIAS DE OBLIGADO CUMPLIMIENTO A CAUSA DE EMERGENCIA SANITARIA POR COVID-19



Club Esportiu **LGTBI+**
DRACS València

Realizado por:	Equipo trabajo covid: Miguel Ayensa Sheila Bataller Rubén Salvador	N/A
Aprobado por:	Miguel Ayensa (Presidencia)	Ed.1 17/09/20 Conforme
Sustituye a:	Ed.0	Se amplían las recomendaciones sanitarias respecto a plazos. Se referencia el ANEXO 3. Cambios de formato.
Sustituido por:		

Nota: La validez de este documento estará siempre supeditada a la normativa vigente y las decisiones adoptadas por la dirección de las instalaciones deportivas.

1. Introducción, objetivo y alcance del documento	3
1.1. Consideraciones previas	3
2. Actuaciones previas a la actividad deportiva	4
2.1. Inscripción y aforos máximos permitidos	4
2.2. Acceso a las instalaciones	5
2.3. Uso de vestuarios	5
2.4. Acceso, uso y desinfección del material	5
3. Entrenamiento	6
3.1. Briefing o indicaciones iniciales	6
3.2. Calentamiento	6
3.3. Actividad física	6
3.4. Estiramientos o vuelta a la calma	6
4. Salida de las instalaciones	6
5. Medidas de actuación en caso de aparición de síntomas	7
6. Medidas de actuación en caso de contacto estrecho	8
ANEXOS	9
ANEXO 1. Datos del Club e Identificación de las personas responsables de la actividad.	9
ANEXO 2. Listado de participantes.	10
ANEXO 3. Declaración responsable COVID.	11
ANEXO 4. Uso de mascarilla.	12
ANEXO 5. Recomendaciones COVID.	13

1. Introducción, objetivo y alcance del documento

El presente documento del Club Esportiu LGTBI+ DRACS València es el protocolo de referencia y obligado cumplimiento para todas las personas involucradas en la realización, organización y consecución de actividades en instalaciones deportivas; cada una en la medida en que se define en el presente protocolo, de cara al inicio de los entrenamientos regulares del Club.

Constituye un marco mínimo para la realización de la práctica deportiva segura durante la crisis sanitaria por fa COVID-19 y su alcance estará supeditado a las legislación vigente, órdenes ministeriales, edictos municipales y/o las normas, recomendaciones, resoluciones y regulaciones que indique la dirección de la instalación deportiva, ya sea por solicitud directa o delegada a través de sus trabajadoras y trabajadores.

Este protocolo está dividido en 4 fases que comprenden las actuaciones y consideraciones a tener en cuenta desde la inscripción de una persona socia en las actividades del Club, cubiertas por el seguro de actividades deportivas para personas socias (nº póliza núm: 0112234 de L'ASSEGURADORA MUTUA TERRASSA), así como las personas interesadas en realizar en el periodo de prueba acordado, siempre bajo la adscripción al seguro de actividades de personas no socias (póliza nº 1300010852 BERKLEY ESPAÑA COMPANY) Las personas designadas responsables de la actividad deportiva deben estar referenciadas en el ANEXO I.

1.1. Consideraciones previas

Distancia mínima interpersonal: Será una distancia de al menos entre 1,5 y 2 metros a cualquier persona.

Contacto estrecho: De forma general, a nivel comunitario, se considerará contacto estrecho a cualquier persona que haya estado en el mismo lugar que un caso en las últimas 48h desde el inicio de los síntomas (o del diagnóstico, en caso de personas asintomáticas), a una distancia menor de 2 metros y durante más de 15 minutos o que:

- Haya proporcionado cuidados a un caso: personal sanitario o socio-sanitario que no han utilizado las medidas de protección adecuadas, miembros familiares o personas que tengan otro tipo de contacto físico similar.
- Haya viajado en un avión, tren u otro medio de transporte terrestre de largo recorrido (siempre que sea posible el acceso a la identificación de las personas viajeras) en un radio de dos asientos alrededor del caso, así como la tripulación que haya tenido contacto con él.

Sintomatología (según OMS 14/09/20):

Los síntomas conocidos más habituales

Fiebre superior a 37,5 °C

Tos seca

Cansancio

Otros síntomas conocidos menos comunes

Molestias y dolores

Dolor de garganta

Diarrea

Conjuntivitis

Dolor de cabeza

Pérdida del sentido del olfato o del gusto

Erupciones cutáneas o pérdida del color en los dedos de las manos o de los pies

Los síntomas conocidos graves

Dificultad para respirar o sensación de falta de aire

Dolor o presión en el pecho

Incapacidad para hablar o moverse

Relación de riesgos identificados:

- En los desplazamientos existe riesgo de contagio.
- Es peligroso incumplir la distancia física.
- Es imprudente compartir el uso del equipamiento.

Riesgos de la enfermedad COVID-19:

- Puede provocar su aislamiento.
- La disminución de la función pulmonar puede ser una secuela (u otras desconocidas en este momento).
- Existe peligro de muerte.
- Puede ocasionar transmisiones secundarias.
- Existen riesgos para mi comunidad.

2. Actuaciones previas a la actividad deportiva

2.1. Inscripción y aforos máximos permitidos

Con el fin de recabar los suficientes datos personales de las personas participantes, se realizará mediante inscripción online a través de la plataforma del Club Esportiu LGTBI+ DRACS y deberán constar, como mínimo los siguientes datos personales:

- Nombre y apellidos

- DNI
- Teléfono de contacto
- Correo electrónico

La inscripción describirá los riesgos derivados de la infección por COVID-19 y un resumen de medidas preventivas y declaración responsable de la persona participante.

El aforo máximo permitido será de 10 personas por grupo de entrenamiento y un máximo de 2 grupos.

Se elaborará un listado de personas participantes que será accesible a las personas gestoras de la instalación y de la actividad antes de la realización de los entrenamientos.

2.2. Acceso a las instalaciones

El acceso a las instalaciones se realizará por el acceso principal al edificio y se acudirá al punto de recepción donde se le tomará la temperatura y se comprobará su asistencia en la hoja de datos.

En todo momento se intentará, mantener la distancia de seguridad y llevará mascarilla. Procederá a desinfectarse con el gel hidroalcohólico.

Si tuviera una temperatura superior a la estimada por la instalación para permanecer en la misma, se le negará el acceso y se aplicará el protocolo descrito en el apartado X Medidas de actuación en caso de aparición de síntomas.

2.3. Uso de vestuarios

Se podrá hacer uso de los vestuarios siempre que lo permita la instalación, previa consulta, manteniendo los aforos vigentes que indique la misma y con la obligatoriedad del uso de mascarilla, gel desinfectante, distancia mínima interpersonal y demás indicaciones facilitadas por la instalación.

2.4. Acceso, uso y desinfección del material

Se prohíbe el préstamo de material personal, botellas de agua y enseres de higiene. Las personas responsables de la actividad, debidamente identificadas, se encargarán del acceso, transporte y depósito del material deportivo a la zona de entrenamiento y viceversa. El material deportivo deberá desinfectarse antes y después de su uso mediante una solución de gel hidroalcohólico por parte de las personas responsables de la actividad.

3. Entrenamiento

3.1. Briefing o indicaciones iniciales

Este periodo comprende las indicaciones básicas iniciales, explicaciones o estiramientos individuales.

Será obligatorio el uso de mascarilla y mantener la distancia de seguridad.

3.2. Calentamiento

Se permitirá no utilizar mascarilla, exclusivamente cuando el calentamiento implique esfuerzo cardio y se realice de manera individual.

3.3. Actividad física

Se permitirá no utilizar mascarilla durante la actividad física intensa y el ejercicio regular de la práctica deportiva.

3.4. Estiramientos o vuelta a la calma

Será necesario mantener la distancia de seguridad hasta que finalice la fase de estiramientos que deberá ser individual.

En cualquiera de estas fases, en caso de que las personas técnicas responsables deban corregir a las participantes, será recomendable el uso de mascarilla y gel hidroalcohólico.

4. Salida de las instalaciones

La salida se realizará exclusivamente por el camino señalado por la instalación y siguiendo sus indicaciones y recomendaciones.

La persona responsable de la actividad se asegurará de que no queda ninguna persona de la actividad en la instalación y lo comunicará a las personas responsables de la instalación.



5. Medidas de actuación en caso de aparición de síntomas

No estará permitida la participación en ninguna actividad del Club o el acceso a las instalaciones deportivas a ninguna persona que haya sido diagnosticada, presente o haya presentado **cualquier síntoma relacionado con la covid o pueda considerarse contacto estrecho**. Así mismo, toda persona que desee participar en una actividad del Club o acceder a las instalaciones deportivas deberá cumplimentar el **ANEXO 3. Declaración responsable**, correspondiente.

Si durante la actividad deportiva o en un periodo posterior de entre 48h o 72h a la actividad se presentaran síntomas compatibles con la enfermedad COVID-19, deberá **avisar inmediatamente a las personas responsables del Club** mediante el teléfono general 623141719 o enviando un aviso designado con el asunto "URGENTE" al correo electrónico covid@dracs.es.

Deberá abandonar la instalación inmediatamente, extremando las medidas de higiene y seguridad frente al contagio y **ponerse en contacto con las autoridades sanitarias a través del 90030055** para seguir sus indicaciones.

La persona responsable de la actividad deberá avisar inmediatamente a la instalación y a las personas que hayan estado en cualquier actividad con esta persona, manteniendo, en la medida de lo posible el anonimato de la misma, pero facilitando todos los detalles y datos necesarios que permitan el rastreo del posible contagio.

El club emitirá un comunicado a sus personas socias indicando las actividades afectadas para poner en conocimiento a todas las personas del incidente y pondrá a disposición de las personas el correo electrónico para consultas covid@dracs.es.

A título informativo, supeditado a las resoluciones vigentes, según las últimas instrucciones de las autoridades competentes, las personas con síntomas compatibles, diagnosticadas o los contactos estrechos deben hacer cuarentena en su domicilio, no tener contacto con otras personas y autoaislarse si presentan síntomas durante un periodo que suele abarcar entre 14 y 10 días. Además, deben cumplir las medidas de protección y seguir las recomendaciones higiénicas y de distanciamiento físico necesarias para controlar la transmisión. En todo caso, los periodos de aislamiento y los procedimientos a seguir serán los especificados por las autoridades sanitarias en cada caso.

6. Medidas de actuación en caso de contacto estrecho

En caso de que se haya producido contacto estrecho con una persona sintomática, diagnosticada o sospechosa de haber contraído COVID-19, deberá **avisar inmediatamente a las personas responsables del Club** mediante el teléfono general 623141719 o enviando un aviso designado con el asunto “URGENTE” al correo electrónico covid@dracs.es.

Deberá iniciar los protocolos vigentes en materia de sanidad, extremando las medidas de higiene y seguridad frente al contagio **y ponerse en contacto con las autoridades sanitarias a través del 90030055** para seguir sus indicaciones.

La persona responsable de la actividad deberá avisar inmediatamente a la instalación y a las personas que hayan estado en cualquier actividad con esta persona, manteniendo, en la medida de lo posible el anonimato de la misma, pero facilitando todos los detalles y datos necesarios que permitan el rastreo del posible contagio.

El club emitirá un comunicado a sus personas socias indicando las actividades afectadas para poner en conocimiento a todas las personas del incidente y pondrá a disposición de las personas el correo electrónico para consultas covid@dracs.es.

A título informativo, supeditado a las resoluciones vigentes, según las últimas instrucciones de las autoridades competentes, las personas con síntomas compatibles, diagnosticadas o los contactos estrechos deben hacer cuarentena en su domicilio, no tener contacto con otras personas y autoaislarse si presentan síntomas durante un periodo que suele abarcar entre 14 y 10 días. Además, deben cumplir las medidas de protección y seguir las recomendaciones higiénicas y de distanciamiento físico necesarias para controlar la transmisión. En todo caso, los periodos de aislamiento y los procedimientos a seguir serán los especificados por las autoridades sanitarias en cada caso.

ANEXOS

ANEXO 1. Datos del Club e Identificación de las personas responsables de la actividad.

Datos del Club			
Razón social	CLUB ESPORTIU LGTBI+ DRACS VALÈNCIA		
CIF	G40635658	Registro GVA	10789-1
Domicilio social	Avenida Blasco Ibáñez, 74 puerta 15		
Datos de contacto			
Teléfono	623141719	email	info@dracs.es
email COVID	covid@dracs.es	web	dracs.es
Personas de contacto		Miguel Ayensa Mazo (presidencia)	
Telf	623141719	email	presidencia@dracs.es

Actividad	Personas de contacto de la actividad	

ANEXO 2. Listado de participantes.

Nombre	Apellidos	DNI	Telf	email

ANEXO 3. Declaración responsable COVID.

DECLARACIÓN RESPONSABLE DE CONSENTIMIENTO INDIVIDUAL DEL DEPORTISTA PARA ENTRENAR EN LA INSTALACIÓN DEPORTIVA:

Nombre y apellidos	
Fecha Nacimiento	
NIF	

Mediante este documento declaro que he sido debidamente informado, en un lenguaje objetivo y claro, que la decisión de utilizar de las instalaciones deportivas, con el fin de mantener mi preparación deportiva es fruto de una decisión personal, en la que he podido valorar y ponderar conscientemente los beneficios y efectos del entrenamiento, junto a los riesgos para mi salud que comporta la actual situación de pandemia.

Manifiesto:

- No haber estado en contacto con personas infectadas en los últimos 14 días, no tener sintomatologías tales como tos, fiebre, alteraciones del sabor ni olfato, ni ser persona perteneciente a los colectivos de riesgo.
- Que he sido adecuadamente informado de las medidas que debo tener en cuenta para reducir los riesgos, y sé que los responsables de las instalaciones no pueden garantizar la plena seguridad en las instalaciones en este contexto.
- Que he sido informado y advertido sobre los riesgos que podría sufrir si contraigo la enfermedad COVID-19, así como las consecuencias y posibles secuelas que podría comportar no solo para mi salud, sino también para la de los demás.

Y de acuerdo a las manifestaciones anteriores:

- Me comprometo a seguir las directrices de la entidad deportiva donde desempeñe mi actividad, de las autoridades sanitarias, que conozco debidamente, así como las recomendaciones indicadas en la instalación, federación correspondiente y mi médico.
- Entiendo el riesgo y la posibilidad de infección por COVID-19, y soy consciente de las medidas debo adoptar para reducir la probabilidad de contagio: distancia física, mascarilla respiratoria, lavado de manos frecuente y permanecer en casa de manera prioritaria.
- Declaro, haciendo uso de los derechos garantizados por la ley, mi intención de usar las instalaciones deportivas, asumiendo personal e individualmente todas las consecuencias y responsabilidades.

Firma:



En _____ a _____ de _____

ANEXO 4. Uso de mascarilla.

ÚS OBLIGATORI DE MASCARETES

L'ús de mascareta és obligatori per a majors de 6 anys en la via pública, en espais a l'aire lliure i qualsevol espai tancat d'ús públic que es trobe obert al públic, encara que pugua mantindre's la distància de seguretat, amb l'excepció de:

- Platges i piscines.
- Espais de naturalesa o a l'aire lliure fora dels nuclis de població.
- Locals d'hostaleria i restauració mentre s'estiga consumint.
- Persones amb problemes respiratoris.
- Activitat física i esportiva.

Si tens símptomes compatibles amb coronavirus has d'aïllar-te i quedar-te a casa, telefona al 900 300 555 o sol·licita cita amb el teu centre de salut a través de la web de la Conselleria de Sanitat Universal i Salut Pública o de l'App GVA CORONAVIRUS.



Llavar-se les mans amb aigua i sabó o fregar-les amb una solució hidroalcohòlica.



Col·locar-se la mascareta amb compte perquè **cobrisca la boca i el nas** i lligar-la fermament perquè no hi haja espais de separació amb la cara.



Després de llevar-se o tocar inadvertidament una mascareta usada, cal **llavar-se les mans** amb una solució hidroalcohòlica o amb aigua i sabó.



Quan la mascareta estiga humida s'ha de **substituir** per una altra neta i seca.



No s'ha de **tocar la mascareta** mentre es porta posada.



Llevar-se-la amb la tècnica correcta (deslligant-la o llevant les gomes de les orelles).



No s'han de reutilitzar les d'un sol ús i s'han de rebutjar immediatament una vegada usades.



Les mascaretes reutilitzables s'han de llavar d'acord amb les instruccions del fabricant.



Informa't a:
infocoronavirus.gva.es

900 300 555



GENERALITAT VALENCIANA TOTS A UNA VEU



ANEXO 5. Recomendaciones COVID.

COVID-19

Y otras enfermedades víricas respiratorias, GRIPE, SARS..

CONÓCELO.

COVID-19 es una enfermedad respiratoria nueva que se identificó por primera vez en Wuhan, China. Actualmente, la propagación se da principalmente **de persona a persona.**

SÍNTOMAS*

- GOTEO NASAL
- TOS
- DOLOR DE GARGANTA
- FIEBRE ALTA
- NEUMONÍA
- INSUFICIENCIA RESPIRATORIA AGUDA

SÍNTOMAS COMUNES

CASOS GRAVES

*Los síntomas podrían aparecer de **1 a 14 días** después de la exposición al virus.

¿Quiénes están en mayor riesgo de enfermarse gravemente?

- Adultos mayores de 60 años.
- Personas con enfermedades preexistentes como diabetes o cardiopatías.

¿Cómo se transmite?

- Por contacto personal cercano con una persona infectada.
- A través de personas infectadas al toser o estornudar.
- Al tocar objetos o superficies contaminadas y luego tocarse la boca, la nariz o los ojos.

Hasta el momento, **no hay vacuna ni tratamiento específico**, solo tratamiento de los síntomas.
Casos leves se tratan en domicilio, Casos Graves en el Hospital.

PREPÁRATE.

- Cúbrete la boca con el antebrazo al toser o estornudar, o mejor con un pañuelo desechable.**
- Los pañuelos desechables hay que tirarlos a la basura, NO REUTILIZARLOS.**
- Después lávate las manos con agua y jabón o con soluciones hidro-alcohólicas. La higiene de manos frecuente está recomendada.**
- Infórmate a través de fuentes fiables.**

ACTÚA.

- Evita el contacto cercano con personas con síntomas de infección respiratoria aguda.**
- Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.**
- Si has viajado a un área de riesgo o has estado en contacto con un caso confirmado de COVID-19 y tienes fiebre, tos o dificultad respiratoria: Permanece en tu domicilio y llama al 900 300 555.**

RECUERDA.

Si has viajado a un área de riesgo o has estado en contacto con un caso confirmado y tienes síntomas llama al :

900 300 555

Conócelo. Prepárate. Actúa.

CONSORCIO HOSPITAL GENERAL UNIVERSITARI VALÈNCIA

<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/home.htm>
<http://www.san.gva.es/coronavirus>

GENERALITAT VALÈNCIANA
Conselleria de Salut
Universitat i Salut Pública