

PROCOLO COVID19

III ULTRA HÉROES CONTRA DUCHENNE



ÍNDICE

1. ESCENARIO
2. GENERALIDADES
3. OBJETIVOS
4. MEDIDAS ESPECÍFICAS
5. RECOGIDA DE DORSALES
6. BOLSA DE VIDA Y GUARDA ROPAS.
7. TRANSFER
8. SALIDA
9. AVITUALLAMIENTOS
10. META
11. RECOMENDACIONES
12. RESPONSABILIDAD INDIVIDUAL.
13. RECURSOS MATERIALES
14. MEDIDAS ESPECÍFICAS.
15. CONTROLES DE SALUD
16. COMUNICACIÓN.



1. ESCENARIO

Debido a la crisis generada por la COVID 19, el Club Deportivo Corremos por Duchenne nos planteamos que la carrera que organizamos pasa por la implementación de medidas encaminadas a la protección de la salud, tanto de los participantes como de los miembros de la organización. Es por ello que proponemos este documento junto a las medidas propuestas por la Junta de Andalucía para la organización segura de “III Héroes contra Duchenne”.

Las recomendaciones aportadas en este documento no eximen en ningún caso del estricto cumplimiento de las medidas establecidas por las autoridades competentes en la vuelta a la normalidad competitiva.

Este documento describe las medidas que se deben tomar de cara a la organización de una competición. Así, recoge directrices y recomendaciones para minimizar los riesgos de contagio del virus COVID-19. La vuelta a la actividad competitiva implicará necesariamente que la conducta de todas las personas involucradas en la organización de una competición, incluidos los participantes, no podrá ser igual a las pautas anteriores a la pandemia. Para ello, la Organización presenta esta guía dentro de los principios de responsabilidad, prudencia, y compromiso cívico que están alineados con las medidas de obligado cumplimiento establecidas por las autoridades y el protocolo básico de actuación para el reinicio de las competiciones y eventos. Se recomienda que se cumplan estrictamente todas las normas y protocolos publicados por las autoridades sanitarias. De igual modo, se deberá seguir escrupulosamente el procedimiento del Ministerio de Sanidad.

Se trata de propuestas abiertas, ya que vivimos una situación nueva y cambiante, que nos puede obligar a modificar las medidas de protección, según las pautas que marquen las autoridades sanitarias en cada momento. Se apela, por tanto, a la responsabilidad individual de cada uno de los participantes y personas involucradas en la organización, siendo éstos los únicos responsables del cumplimiento del protocolo, declinando la Organización de cualquier tipo de responsabilidad derivada de un uso incorrecto de las indicaciones contenidas.

El principal objetivo de la Organización es priorizar la protección de la salud y la seguridad de todos los deportistas, técnicos, árbitros, voluntarios, residentes y personal de la organización, siguiendo de forma estricta todas las medidas y recomendaciones de las autoridades sanitarias, y siempre que el organizador y las autoridades locales lo consideren apropiado. Las pautas se actualizarán continuamente de acuerdo con la información más reciente de la Organización Mundial de la Salud (OMS), el Ministerio de Sanidad y la Junta de Andalucía.

2. GENERALIDADES

En la actual situación que nos encontramos debido al impacto del Covid-19 en nuestras vidas y por tanto en todo lo relativo a las carreras de Trail se hace necesario y es de obligado cumplimiento la realización de un protocolo que garantice la salud de todos los implicados en la celebración del “III Héroes contra Duchenne”. Por ello, el organizador debe buscar formas creativas de organizar sus competiciones de manera más segura para los participantes, atendiendo a la singularidad de cada disciplina. La Organización, siguiendo todas las recomendaciones de la OMS y del Ministerio de Sanidad, considera que durante la evolución del brote de COVID-19, la protección efectiva de la salud y la seguridad de los deportistas debe seguir siendo una prioridad. Por ese motivo, los organizadores de la competición o el evento deben asegurarse de que todos los deportistas estén cubiertos por medidas adecuadas para proteger su salud y que tengan acceso a atención médica inmediata mientras están participando.

Identificados los riesgos del evento en relación a la transmisión del virus, que principalmente responden a concentraciones de personas, manipulación de objetos y mantenimiento de la distancia de seguridad, se toman las medidas recogidas en el presente documento.

3. OBJETIVOS.

El objetivo principal es el de informar y asistir a participantes, técnicos y resto de personas relacionadas con la actividad de las medidas recomendadas que, llevadas a cabo, permitan la vuelta a la competición, para que adopten las medidas adecuadas que minimicen las posibilidades de infección por COVID-19. Los deportistas, técnicos, árbitros y resto de personal de la organización han de mantener las pautas estrictas de aseo personal, conducta y cuidado para evitar contagios.

4. MEDIDAS ESPECÍFICAS.

Información in situ, colocaciones cartelería con medidas preventivas implantadas y pautas a seguir por cada grupo de usuarios.

- ❶ Utilizar la megafonía y las pantallas para informar sobre todas las medidas sanitarias y de protección que se deben seguir.
- ❷ Facilitar información a los participantes sobre los centros de asistencia sanitaria en la zona, con horarios y teléfonos de atención de emergencia.
- ❸ Información a través de todas las plataformas (Web, RRSS, medios asociados). La organización debe instar a todas las personas del equipo de organización a colaborar en el cumplimiento de las medidas que se desprendan del plan de actuación y debe proporcionar la información necesaria relativa a las medidas preventivas e higiénicas y para el uso adecuado del material de protección. En cuanto a los proveedores de servicios externos, debe informarse a los mismos sobre las medidas en materia de prevención aplicables que se hayan establecido.

5. RECOGIDA DE DORSALES.

Se establece un sistema de cita previa (donde se informará de las obligaciones para recoger el dorsal y acceder al recinto) que permita que los participantes puedan recoger sus dorsales sin aglomeraciones y siguiendo el protocolo de seguridad.

Acceso exclusivo para corredores, a los cuales se les efectuará una toma de temperatura antes de acceder (no pueden acceder a este espacio familiares o acompañantes).

Horarios dorsales:

- Viernes 19 de marzo 2021, Pabellón Laujar de Andarax.
De 16.00 h a 20:00 h.
- Sábado 20 de marzo 2021, Pabellón Laujar de Andarax.
De 08.00h a 09:30 h.

Se ha diseñado un circuito de recorrido unidireccional, en la que la entrada se realiza por una puerta y la salida por otra puerta del edificio evitando de esta manera el cruce de personas. Contará con marcas en el suelo tanto para marcar la dirección como los espacios entre personas que será de 1,5 metros mínimo.

El dorsal se entrega de manera individual manteniendo distancias de seguridad y los protocolos de seguridad. Solo estará permitido la entrega de dorsal al titular del mismo acreditándose con su DNI y licencia federativa del año en curso. El dorsal, según la normativa Covid-19, solamente podrá ser retirado por el titular del mismo, bajo ninguna circunstancia se entregará a otra persona con autorización o sin ella.

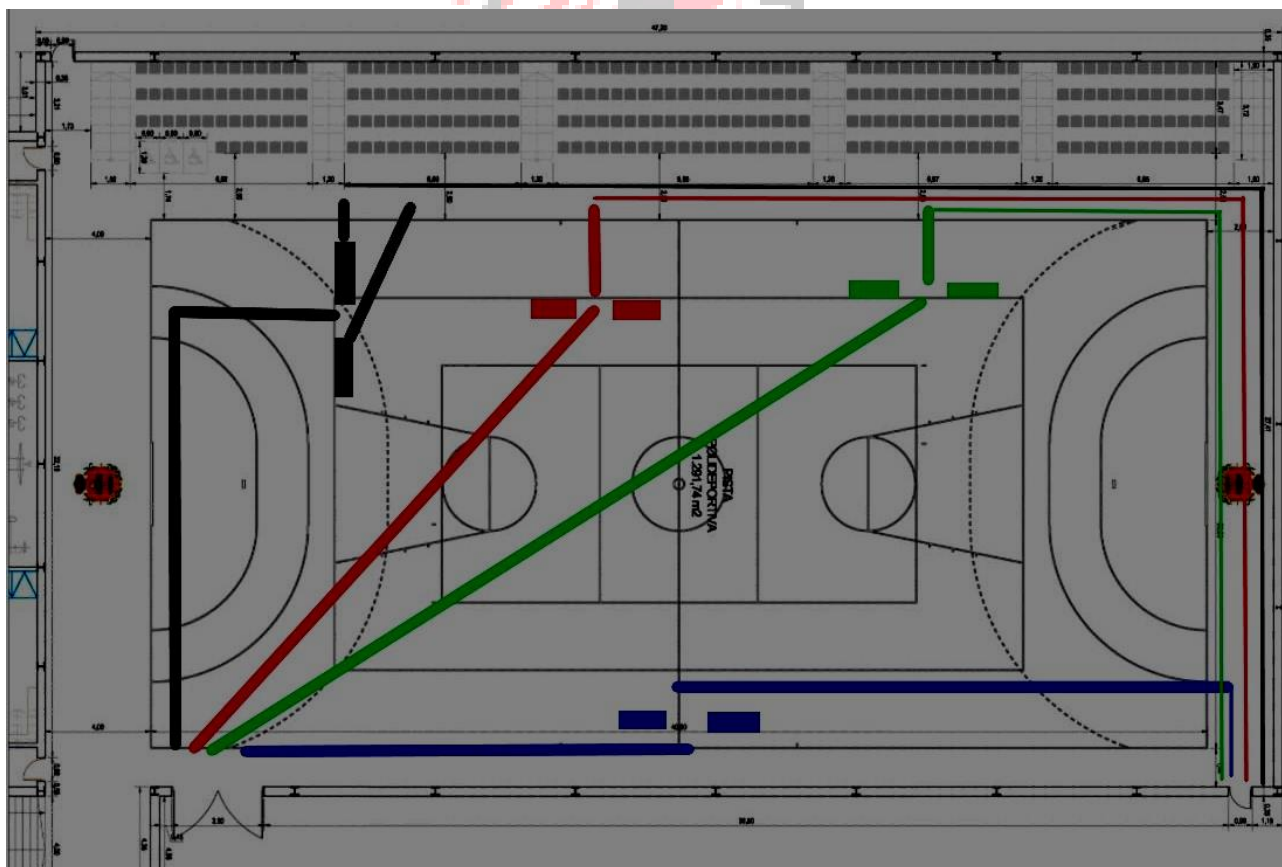
1. Uso obligatorio de mascarilla.
2. Uso obligatorio del gel hidro-alcoholico tanto a la entrada como a la salida del pabellón.
3. Se llevarán a cabo controles de temperatura corporal (37,5 grados o más implica traslado a la zona de aislamiento).

Para la retirada del dorsal **es imprescindible** aportar original impreso firmado de los 4 documentos adjuntos, numerados del 1 al 4.

1. Clausula COVID19
2. Declaración salud COVID19
3. Formulario recogida datos COVID19
4. Certificado descargo responsabilidad organizador

Cualquier participante que no proporcione original impreso y firmado de cada uno de los 4 documentos al personal de organización, no se le entregará dorsal y en consecuencia no podrá participar en el evento.

A continuación se puede observar el circuito de recogida de dorsales, el pabellón tiene una superficie de 1291 metros cuadrados, usando las cancelas de entrada y salida en lados opuesto.



6. BOLSA DE VIDA Y GUARDA ROPAS.

Todo el personal encargado de la recogida y entrega de las bolsas usará mascarilla.

Se utilizara el mismo circuito que la entrega de dorsales, asegurando la distancia social.

Será obligatorio el uso de mascarillas para entregar y recoger la bolsa del guardarropa.

Se debe evitar que las mochilas, bolsas de deporte, o bolsas de equipamiento puedan estar en contacto con superficies no desinfectadas (se montará una consigna donde los deportistas pueden dejar sus prendas para post-competición, que deberán de ir en una bolsa cerrada, facilitada por la organización, identificable con el número de dorsal, asegurando el perfecto tratamiento sanitario). Al llegar a meta auxiliado por un voluntario el participante recogerá su bolsa sin contacto con los voluntarios.

La bolsa de Vida (sólo Prueba Ultra y Maratón), se podrá dejar en el pabellón de Laujar de Andarax o en el Parque Periurbano de Castala (salida Ultra y Maratón) para que sea trasladada a la localidad de Laujar de Andarax, (todas estas bolsas serán desinfectadas). La desinfección se llevara a cabo con neutrosan *

Para el resto de modalidades no habrá traslado de mochilas.

7. TRANSFER

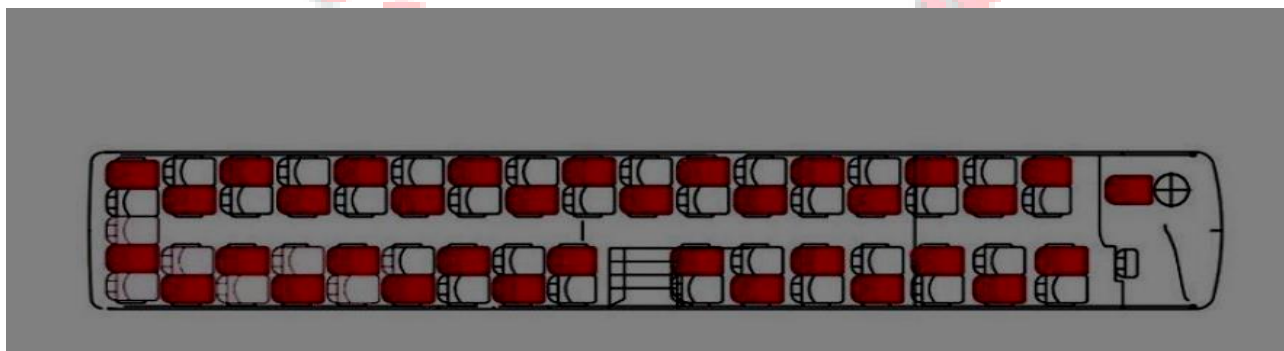
La organización pondrá a disposición un servicio de autobuses gratuito para poder trasladarse desde Laujar de Andarax (meta Ultra y Maratón) hasta Castala (salida Ultra y Maratón) a los corredores que lo deseen.

Este servicio solo estará activado para la salida de la UTHCD y MHCD.

Se ocupara en el porcentaje que recomienden los organismos.

1. Uso obligatorio de mascarilla.
2. Uso obligatorio del gel hidrol-alcoholico tanto a la entrada como a la salida del Transfer

Recordamos que las normas COVID 19 son cambiantes y nos ceñiríamos a las restricciones marcadas para esa fecha (20 de marzo 2021)



Requisito imprescindible comunicar la intención de usar este servicio antes del 14 de marzo del 2021.

8. SALIDA.

Contaremos con un espacio acotado, al aire libre y muy amplio, en el que se garantiza la correcta separación entre los participantes.

1. Uso de mascarilla será obligatoria.(hasta que la distancia de seguridad pueda darse), si la prueba transitará por espacio urbano no podrá quitarse hasta salir de dicha zona.
2. Desinfección de manos obligatoria antes de la salida.
3. Se llevarán a cabo controles de salud, como la medición de la temperatura corporal (37,5 grados o más implican” NO SALIDA”) y traslado a la zona de aislamiento.
4. Separación física (al menos 1,5 metros)
5. No están permitidos los espectadores.

Establecimiento de salidas por grupos.

Se establecerán cajones para corredores por categorías.

La hora de salida de cada corredor será asignada por la organización.

Se convocara a los participantes, anunciándoles previamente el lugar que deben buscar y su hora de salida, para así reducir al mínimo la permanencia en la zona antes de la salida.

Los cajones y los grupos se establecerán siguiendo las recomendaciones sanitarias en el momento de la celebración del evento.

Acceso al cajón de entrada, se colocará en una zona amplia, colocando varias entradas, y delimitando calles separadas en 2 metros, entre unos y otros, se mantendrá una fila delimitada, manteniendo la distancia de seguridad.

La salida de la modalidad Ultra y Maratón se hará desde el Periurbano de Castala, espacio amplio y abierto y lejos del casco urbano y casas.

9. AVITUALLAMIENTOS

Los avituallamientos están situados en espacios abiertos con carpas y sin paredes para favorecer la ventilación.

Todo el personal del avituallamiento usará mascarilla.

Durante el recorrido, se posicionaran los avituallamientos a ambos lados (líquidos a un lado y sólidos a otro) y aumentando su longitud.

El sistema de avituallamiento está diseñado de forma que el corredor indicará al personal del avituallamiento los productos que quiere, el personal lo cogerá, colocará en una bandeja y una vez colocado en la mesa, el corredor lo cogerá. Nunca habrá contacto entre personal y corredor.

Los productos de los avituallamientos vendrán en formato individual (geles, barritas...) o bien en bolsita unidosis, evitando así que pueda entrar en contacto con las manos de otros corredores.

Se rellenaran los envases servidos por los voluntarios.

Cada participante tiene la obligatoriedad de desinfección de manos antes y después de hacer uso del avituallamiento.

En esta edición se reducen tanto los avituallamientos como el número de productos que habrá en los mismos, con la idea de que no se produzcan aglomeraciones y el corredor permanezca en ellos lo mínimo posible.

- 🚫 Uso de mascarilla será obligatoria.
- 🚫 Separación física (al menos 1,5 metros)
- 🚫 No están permitidos los espectadores.

Todos los productos del avituallamiento serán desechables, de forma que cuando el corredor consuma los productos elegidos, tirará a la basura las sobras, junto a la bandeja. Las botellas de plástico, envoltorios, etc.. no deben salir del avituallamiento.

10. META

Todo el personal de meta usará mascarilla.

La zona de meta será amplia para evitar aglomeraciones, los corredores deberán hacer uso de la mascarilla una vez cruzada la línea y proceder a la desinfección de manos una vez pasada la meta se alejara de la línea de llegada lo más rápido posible.

La zona de Meta estará restringida al público y a corredores ya finalizados.

Entrega final de refrescos, Picnic, camiseta finisher, medalla, y otros elementos, dentro de una bolsa cerrada ó sin contacto.

11. RECOMENDACIONES

1. La obligatoriedad del uso de mascarilla.
2. Separación física (al menos 1,5 metros)
3. No están permitidos los espectadores.
4. Se debe prestar atención a aquellos grupos de población con más riesgo de contagio, Por ese motivo, se recomienda la no participación de deportistas mayores de 65 años. (La OMS no recomienda que personas mayores de 65 años tomen parte en los eventos considerados como “reuniones masivas”). Ni tampoco para cualquier persona con historiales sanitarios de riesgo, a todos ellos se les recomienda extremar las medidas preventivas o incluso no participar.
5. Se recomienda que todos los usuarios realicen una vigilancia activa de sus síntomas y lleven a cabo un registro de la temperatura corporal dos veces al día, mañana y noche. Ante cualquier síntoma o en caso de sospecha de estar infectado, o haber estado en contacto con personas infectadas o bajo sospecha de estarlo, se debe evitar cualquier actividad, poniéndose en contacto de forma inmediata con los servicios sanitarios y seguir todas sus indicaciones.
6. Antes y después de las competiciones es muy importante lavarse las manos con agua y jabón o gel hidro-alcohólico. Se recomienda el uso las soluciones hidro-alcohólicas en botes de uso individual (tiempo recomendado: 30-40 segundos), y se insistirá en el lavado de manos con agua y jabón (tiempo recomendado: 40-60 segundos).
7. Se recomienda llevar gel hidro-alcohólico, y productos para la limpieza y desinfección de todo el material que se ha utilizado.
8. Los deportistas han de responsabilizarse individualmente de portar mascarilla.
9. No se habilitarán duchas. El acceso a los lavabos antes de la salida y en la llegada será restringido y organizado.
10. Al llegar al hotel o zona de residencia, se recomienda lavar toda la ropa utilizada (incluidas gorras, pañuelos para el cabello, etc.), a 60° como mínimo.
11. Se recomienda desinfectar el calzado utilizado.
12. Se debe evitar que las mochilas, bolsas de deporte, o bolsas de equipamiento puedan estar en contacto con superficies no desinfectadas.
13. Los deportistas no deben compartir material. En caso de ser así, han de ser previamente desinfectados.
14. Los deportistas no compartirán bebidas, otros alimentos u otros productos, incluidos los sanitarios o de primeros auxilios.
15. Durante la actividad se mantendrán en todo momento las distancias de seguridad establecidas por las autoridades sanitarias.

16. En la entrada y salida de las zonas comunes se habilitaran puntos de seguridad con gel hidroalcohólico para participantes, voluntarios, árbitros y todo el personal vinculado al evento.
17. La charla técnica de la prueba, no será presencial, sino que será realizada Online y enviada por mail y publicada en redes sociales.
18. Durante la competición, se obligará a respetar la distancia entre corredores, adelantando en sitios con amplitud, solicitando paso y no en senderos muy estrechos.
19. Se elimina la asistencia al evento de servicio de Fisioterapia.
20. Después de la competición: Realización del podio de los ganadores de una manera rápida separada por sexos. Incluso se podría modificar la distribución del podio para garantizar el distanciamiento. Las clasificaciones de la prueba siempre se publican online, nunca en la misma línea de meta.
21. Recomendable que las pruebas dispongan de una superficie amplia de salida y llegada, para evitar agrupamientos.
22. La organización tendrá en Salida / Meta un médico responsable de protocolo COVID-19, y será el responsable de la zona de aislamiento, que tendrá que disponer el organizador.
23. La comida post meta, serán realizadas con empresas que dispongan documentación y protocolo Covid19, ellas deben ser responsables para realizar esta actividad..
24. En el caso que los participantes no sigan las medidas y protocolos establecidos podrán ser sancionados o retirados de la competición en cualquier momento.
25. Los medios de comunicación deben usar mascarillas. Las empresas que sean contratadas por la organización o estén relacionadas con el evento deben usar mascarillas, así como respetar el protocolo Covid-19.
26. Con anterioridad a la celebración de la competición, se dispondrá una sala o zona de aislamiento para valoración y atención por el responsable médico.
27. Se tomará la temperatura a todo el personal y participantes, en el caso de tener 37,5 grados Celsius de temperatura corporal, se le impedirá acceder a la prueba.
28. Se designará un comité Covid-19 el día de la prueba constituido por el árbitro principal, médico de la prueba y responsable Covid-19 que velarán por el seguimiento de este protocolo. Tendrán consideración de autoridades competentes para suspender el evento o modificar cualquier aspecto. También asesorarán y guiarán al organizador en todas sus actuaciones en materia de protocolo.

12. RESPONSABILIDAD INDIVIDUAL.

La Organización se remite a las recomendaciones de la OMS y del Ministerio de Sanidad de acuerdo con las medidas para reducir el riesgo general de transmisión de infecciones respiratorias agudas que se enumeran a continuación:

- ❶ Los participantes deben tratar de mantener al menos 1,5 metros de distancia con otras personas.
- ❷ Lavado frecuente de manos por parte de los participantes con jabón y agua caliente durante 40-60 segundos o con base de alcohol (en al menos 65-70%), frotar las manos durante 30-40 segundos.
- ❸ Evite dar la mano o abrazarse.
- ❹ Evite tocarse la boca, la nariz o los ojos.
- ❺ En caso de síntomas sugestivos de enfermedad respiratoria aguda antes, durante o después del viaje, se recomienda a los deportistas que soliciten atención médica.

13. RECURSOS MATERIALES.

La organización debe llevar a cabo los procedimientos necesarios para aprovisionarse de los recursos materiales que sean necesarios, de acuerdo con el resultado de la evaluación de riesgos y el plan de seguridad y autoprotección y teniendo en cuenta en todo caso las recomendaciones de las autoridades sanitarias (EPI's, mascarillas, guantes, gafas de protección, máscaras faciales, etc.).

La Organización OBLIGA a que los voluntarios, personal de la organización, árbitros y resto de personas acreditadas que estén en contacto con los deportistas utilicen mascarillas.

La organización será responsable de proporcionar mascarillas desechables a su personal y voluntarios, junto con una cantidad de contingencia para necesidades médicas. Todos los demás participantes y personas acreditadas deben traer su propio equipo para el resto del tiempo.

14. MEDIDAS ESPECÍFICAS.

Información in situ.

Colocación cartelera con medidas preventivas implantadas y pautas a seguir por cada grupo de usuarios.

- ❶ Utilizar la megafonía y las pantallas para informar sobre todas las medidas sanitarias y de protección que se deben seguir.
- ❷ Facilitar información a los participantes sobre los centros de asistencia sanitaria en la zona, con horarios y teléfonos de atención de emergencia.
- ❸ Información a través de todas las plataformas (Web, RRSS, medios asociados). La organización debe instar a todas las personas del equipo de organización a colaborar en el cumplimiento de las medidas que se desprendan del plan de actuación y debe proporcionar la información necesaria relativa a las medidas preventivas e higiénicas y para el uso adecuado del material de protección. En cuanto a los proveedores de servicios externos, debe informarse a los mismos sobre las medidas en materia de prevención aplicables que se hayan establecido.
- ❹ Todo voluntario, organización, empresa contratada deberá rellenar y entregar firmado el Anexo II.

NO ESTARÁ PERMITIDO EL ACCESO A LA PRUEBA DE ESPECTADORES.

15. CONTROLES DE SALUD.

Medidas generales de control:

- ❶ Se recomienda que el personal médico del club, equipo, federación o el particular de cada deportista que vaya a participar en una competición, controle diariamente el estado de salud de sus deportistas.
- ❷ Se recomienda la realización de controles de salud previos al viaje y previos a la competición para todos los deportistas inscritos y el personal de la organización a fin de garantizar la identificación de aquellas personas con posibles riesgos adicionales.
- ❸ El requisito o no del certificado médico previo a la participación o viaje de un deportista está vinculado a las normas de las autoridades nacionales y autonómicas para determinar cualquier documentación médica o de salud necesaria para los deportistas. Esto es algo que las autoridades sanitarias locales y la federación/club responsable de la organización de cada competición deben determinar.
- ❹ Se debe considerar si las autoridades sanitarias competentes exigen un certificado médico previo al viaje para un deportista extranjero inscrito para participar.
- ❺ Se recomienda la realización de cuestionarios de control para todos los participantes y personal involucrado en la competición.

16. COMUNICACIÓN.

Medidas generales de comunicación:

- ❶ Comunicación previa a todo el personal de la organización, participantes y espectadores de todas las disposiciones vigentes a través de las redes sociales, sitios web y los canales de comunicación de la organización.
- ❷ Mostrar avisos y advertencias sanitarias en la sede de competición, hoteles, oficinas de la organización, vehículos oficiales y rutas de acceso, informando y recomendando que se extremen las medidas de higiene personal, incluyendo consejos sobre el lavado de manos y minimizando el contacto físico.
- ❸ Utilizar las pantallas y la megafonía para la difusión de las medidas de obligado cumplimiento y recomendaciones.
- ❹ Los organizadores deben desarrollar una estrategia de comunicación de riesgos para COVID-19 antes de la competición.

Se recuerda que en caso de accidente el único seguro válido es de la Federación Andaluza de Atletismo o el seguro de 1 día de la organización.