

Protocolo Anti- COVID PRC temporada 2020/21

Medidas higiénico-sanitarias para el desarrollo de la actividad deportiva del rugby de manera segura.



XUNTA
DE GALICIA



Xacobeo 2021



DEPORTE
GALEGO





XUNTA
DE GALICIA



Xacobeo 2021



DEPORTE
GALEGO

NON

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN
2. DESCRIPCIÓN ENFERMEDAD
3. PROPÓSITO DEL PROTOCOLO
4. MEDIDAS DESINFECCIÓN DE INSTALACIONES Y MATERIALES
5. MEDIDAS ESPECÍFICAS PARA PERSONAL IMPLICADO
6. MEDIDAS COMPLEMENTARIAS
7. PUESTA EN PRÁCTICA
8. ALGORITMO DECISIÓN EN CASO POSITIVO
9. ANEXOS





XUNTA
DE GALICIA



Xacobeo 2021



DEPORTE
GALEGO

NON!

1. Introducción

- La actual situación de pandemia ocasionada por la COVID-19, obliga a tomar medidas para evitar la propagación de la enfermedad durante la práctica deportiva.
- El Pontevedra Rugby Club (PRC a partir de ahora), es consciente de la situación actual y por ello se compromete a minimizar la propagación del Coronavirus durante la práctica del Rugby.
- Se establece el Protocolo Anti-COVID PRC para al temporada 2020/21.
- Este protocolo se basa en las conductas apropiadas según las recomendaciones de :
 - XUNTA de Galicia
 - Concello de Pontevedra
 - Federación Española de Rugby
 - Federación Galega de Rugby



2. Descripción de la enfermedad

- ¿Qué es el COVID-19?
 - Según el OMS: “La enfermedad por coronavirus (COVID 19) es una enfermedad infecciosa causada por un coronavirus recientemente descubierto. La mayoría de las personas que enferman de COVID 19 experimentan síntomas de leves a moderados y se recuperan sin tratamiento especial.”
- ¿Cómo se propaga?
 - Gotículas generadas cuando una persona infectada tose, estornuda o espira.
- ¿Cómo puede infectarse?
 - Al inhalar el virus si está cerca de una persona con COVID-19.
 - Tras tocar una superficie contaminada, se toca los ojos, la nariz o la boca
- ¿Cuáles son los síntomas?
 - Los más frecuentes son: fiebre, tos seca y cansancio
 - Menos frecuentes: congestión nasal, el dolor de cabeza, la conjuntivitis, el dolor de garganta, la diarrea, la pérdida del gusto o el olfato y las erupciones cutáneas o cambios de color en los dedos de las manos o los pies



3. Propósito del PROTOCOLO

- **PREVENIR** el contagio de la enfermedad entre jugadores/as, cuerpo técnico y por extensión familiares y personas cercadas a los/las jugadores/as.
- ¿Cómo?
 - Medidas de desinfección de las instalaciones y materiales
 - Medidas específicas para:
 - Jugadores/as
 - Cuerpo técnico
 - Público (en el caso de ser necesario)
 - Medidas complementarias:
 - Organizativas
 - Informativas
 - Formativas



4. Medidas desinfección de instalaciones y materiales

- Sin perjuicio de lo establecido en las instalaciones donde se realice la practica deportiva, el PRC, se compromete para limpieza de materiales e instalaciones a:
 - Empleo de desinfectantes de superficies (Lejía 1:50 u otro equivalente debidamente autorizado por las Autoridades Sanitarias en el listado de virucidas*)
 - Limpieza de material tras su uso, identificando y/o segregando el material según esté limpio, en cuarentena o usado.
 - Higienización de los puestos compartido de uso alterno, con líquidos higienizantes apropiados y material de limpieza desechable.
 - En la medida de lo posible, evitar compartir material.
 - Evitar las actividades en espacios cerrados, en caso de no ser posible, ventilación periódica de los mismos, según la recomendación de las autoridades sanitarias (entre 4-6 veces a la hora).
 - Recipientes debidamente cerrados para depositar los materiales de un solo uso.



5. Medidas específicas para personal implicado

- DISTANCIA DE SEGURIDAD Y MASCARILLA.
 - Evitar lugares concurridos o de riesgo en la medida de lo posible, si se está en plena temporada.
 - Higiene respiratoria (toser en el codo, pañuelos desechables...)
 - Limpieza frecuente de manos.
 - Evitar tocar cara, nariz, boca en la medida de lo posible.
 - Auto chequeo previo a los entrenamientos, partidos, charlas técnicas...
 - Fiebre > 37,5°C
 - TOS
 - SENSACIÓN DE FATIGA INEXPLICABLE y repentina
- } ▪ NO ACUDIR
} ▪ AVISAR AL CLUB
} ▪ AVISAR AUTORIDADES
} SANITARIAS





XUNTA
DE GALICIA



Xacobeo 2021



DEPORTE
GALEGO

NON

5. Medidas específicas para personal implicado

- NO COMPARTIR vehículo, en la medida de lo posible, al acudir a los eventos del club.
 - En el caso de compartir, utilizar mascarilla y mantener distancia (asientos alternos), ventilación y limpieza zonas sensibles
- NO COMPARTIR ALIMENTOS NI BEBIDAS, el PRC obligará a identificar los envases personales de hidratación, velando por su correcto uso.





XUNTA
DE GALICIA



Xacobeo 2021



DEPORTE
GALEGO

NON

6. Medidas complementarias

- **ORGANIZATIVAS**
 - Flujo de personal asistente a las actividades, según el protocolo de las instalaciones.
 - Compromiso de entreno individual en al menos un 33% del tiempo, evitando desplazamientos y contactos.
 - Garantizar a los jugadores, personal y asistentes material de prevención suficiente, geles, desinfectantes, termómetros, documentación...
- **INFORMATIVAS**
 - Cartelería y pictogramas en las instalaciones.
 - Mailings al personal
 - Coordinador COVID del club.
- **FORMATIVAS**
 - Para el personal del club encargado de los entrenamientos.
 - Charlas de concienciación a los jugadores/as.





XUNTA DE GALICIA



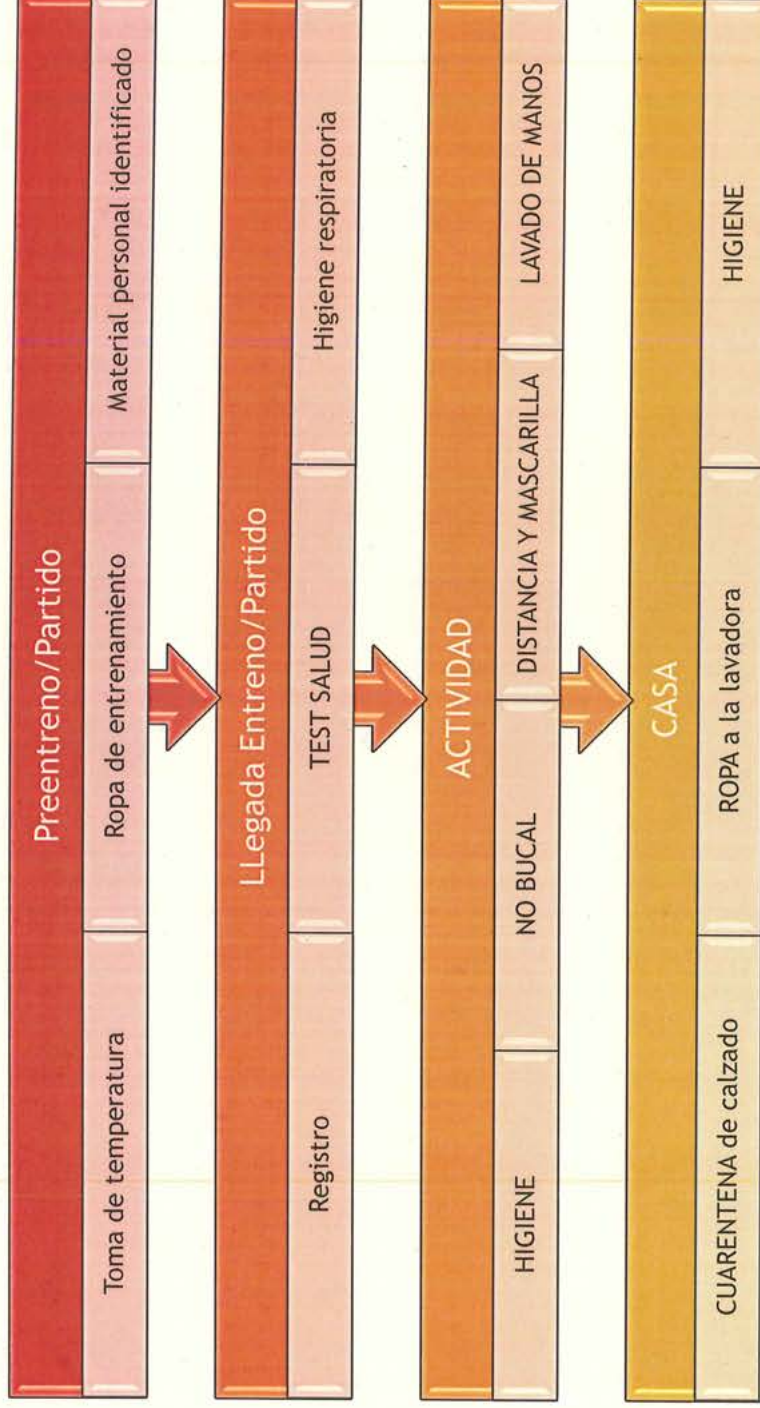
Xacobeo 2021



DEPORTE GALEGO



7. Puesta en práctica





XUNTA
DE GALICIA



Xacobeo 2021



DEPORTE
GALEGO



8. ALGORITMO DECISION EN CASO POSITIVO

- Si se informa de un POSITIVO en el equipo, se procederá:

Revisión del registro de asistencia

Localización telefónica y telemática de todo el personal asistente

Informe a las autoridades sanitarias y federativas





XUNTA
DE GALICIA



Xacobeo 2021



DEPORTE
GALEGO



Medidas específicas ENTRENAMIENTOS

Antes-Durante y Después



ESPECIALIDAD: RUGBY

LUGAR: CAMPO DE RUGBY DE MONTEPORREIRO

CUANDO: ENTRENAMIENTOS

ANTES DEL ENTRENAMIENTO			
AGENTE	TIPO DE CONTAGIO	DESCRIPCIÓN DE LA SITUACIÓN	MEDIDAS PROPUESTAS
DEPORTISTAS/ EQUIPO TÉCNICO	No existe	Antes de salir de casa. Autotest. Recogida de datos de salud en relación con sintomatología COVID	Antes de dirigirse al entrenamiento y tras la medición de temperatura, alteraciones respiratorias en caso de presentar alguna sintomatología compatible con la COVID, NO ACUDIR al entrenamiento y AVISAR
DEPORTISTAS/ EQUIPO TÉCNICO	No existe	Antes de salir de casa: Equipamiento para la práctica deportiva	Antes de dirigirse al entrenamiento se vestirán con la ropa que se utilizará en el entrenamiento, a excepción de las botas que vendrán en bolsa aparte y se colocarán en el lugar habilitado para ello. Sobre la ropa deportiva irá otra a modo de protección y abrigo(chandal, sudadera que se quitará y guardará en sus propias mochilas.
DEPORTISTAS/ EQUIPO TÉCNICO	AÉREO/PERSONA a PERSONA	Desplazamiento al campo.	Utilizar transporte particular. Distanciamiento máximo si se comparte transporte con personas no convivientes y uso de la mascarilla Evitar contacto físico y tocar objetos durante el desplazamiento, en la medida de lo posible
FAMILIARES	AÉREO/PERSONA A PERSONA	Desplazamiento al campo.	Desinfección de las partes del vehículo susceptibles de estar en contacto Utilizar transporte particular. Distanciamiento máximo si se comparte transporte con personas no convivientes y uso de la mascarilla Evitar el contacto físico y tocar objetos durante el desplazamiento, en la medida de lo posible Desinfección de las partes del vehículo susceptibles de estar en contacto Seguir indicaciones en lo referido a la circulación en la instalación y acceso a la misma
DEPORTISTAS/ EQ. TÉCNICO/ FAMILIARES	AÉREO/PERSONA A PERSONA	Llegada al campo. Entrada a la instalación	Se establecerán zonas diferentes de ENTRADA y SALIDA de la instalación Comprobación de la temperatura y lavado de manos con hidrogel en la entrada Evitar el contacto personal en los saludos Uso de mascarilla y distancia interpersonal de 1,5 m

<p>DEPORTISTAS/ EQUIPO TÉCNICO</p>	<p>AEREO/PERSONA A PERSONA SUPERFICIE USO SIMULTÁNEO</p>	<p>Zona de cambio y almacenaje de mochilas</p>	<p>Habilitar una zona específica para que jugadores y equipo técnico puedan dejar sus pertenencias (grada señalizada) y seguir las indicaciones en lo referido a su uso</p> <p>Zona de acceso limitado, de tamaño suficiente para que pueda separarse el equipamiento, y controlada, en la medida de lo posible, por persona designada a tal efecto</p> <p>El/la jugador se cambiará en el lugar designado metiendo todas sus pertenencias en la mochila y quedando ésta únicamente en el lugar señalado</p> <p>Se cogerá la botella de agua y se llevará al lugar designado en el campo (siempre con nombre) no pudiendo volver al lugar hasta la finalización del entrenamiento</p> <p>Uso de mascarilla y distancia interpersonal de 1,5 m</p> <p>Se evitará gritar y cantar durante el momento de cambio y se limitará el tiempo de uso de este espacio.</p>
<p>DEPORTISTAS/ EQUIPO TÉCNICO</p>	<p>SUPERFICIE USO SIMULTÁNEO/SECUENCIAL</p>	<p>Uso de baños</p>	<p>Atender a lo establecido por la normativa en vigor y por el titular de la instalación</p> <p>Uso de la mascarilla</p> <p>Mantener la distancia de seguridad interpersonal</p> <p>Evitar el contacto innecesario (puertas, paredes...)</p> <p>Lavado de manos exhaustivo y/o uso de hidrogel al entrar y salir</p>
<p>EQUIPO TÉCNICO</p>	<p>MATERIALES DE USO COMPARTIDO</p>	<p>Material para el desarrollo del entrenamiento</p>	<p>Limpieza previa de todo el material que se usará en el entrenamiento: escudos, balones, conos</p> <p>Fomentar de que cada equipo disponga de su propio material</p> <p>Botiquín: disponer y utilizar siempre guantes de uso individual cada vez que se coja algo del botiquín</p> <p>Promover el uso de material personal (vendajes...)</p>

ESPECIALIDAD: RUGBY
LUGAR: CAMPO DE RUGBY DE MONTEPORREIRO
CUANDO: ENTRENAMIENTOS

DURANTE EL ENTRENAMIENTO			
<u>AGENTE</u>	<u>TIPO DE CONTAGIO</u>	<u>DESCRIPCIÓN DE LA SITUACIÓN</u>	<u>MEDIDAS PROPUESTAS</u>
DEPORTISTAS/ EQUIPO TÉCNICO	AÉREO/ PERSONA A PERSONA	Inicio del entrenamiento: charlas, feed backs	Mantenimiento de distancia de seguridad interpersonal de 1,5 metros y uso de mascarillas El número de participantes en el entrenamiento vendrá marcado por lo dispuesto por las autoridades sanitarias
DEPORTISTAS/ EQUIPO TÉCNICO	PERSONA A PERSONA MATERIAL COMPARTIDO	Ejercicios y dinámicas de los entrenamientos	Priorizar las situaciones de trabajo de carácter físico, técnico y táctico manteniendo la distancia de seguridad de 1,5 metros Los balones, sacos, escudos y conos serán desinfectados antes, durante y después del entrenamiento por la persona encargada del equipo Todas las personas implicadas en el entrenamiento llevarán mascarilla de repuesto. En los días de lluvia en los que es difícil utilizar la mascarilla limitaremos el entrenamiento a situaciones donde esa posible garantizar la distancia de seguridad interpersonal de 1,5 m
EQUIPO TÉCNICO	MATERIAL COMPARTIDO DE USO SECUENCIAL/ALTERNO	Uso de material deportivo durante el entrenamiento	Aprovechar cada parón para lavar las manos con hidrogel Lavado de manos y /o uso de gel desinfectante de forma continuada Desinfección de material antes y después de la actividad o de cada tarea con agua y desinfectante ó lejía No se compartirá material de uso individual(silbatos)
DEPORTISTAS	MATERIAL COMPARTIDO DE USO SECUENCIAL/ALTERNO	Uso de material deportivo durante el entrenamiento=ropa de entrenamiento	Se prohíbe el intercambio de petos, sudaderas o ropa de entrenamiento
DEPORTISTAS	CONTACTO	Jugadas con el mismo balón	Desinfección de manos, antes y después Desinfección del balón antes de su uso, cuando haya un parón y después

DEPORTISTAS/ EQUIPO TÉCNICO	CONTACTO, AÉREO, ALIMENTOS Y BEBIDAS	Reposición de líquidos y descanso durante la sesión	<p>Mantener la distancia de seguridad de 1,5m en los momentos de descanso</p> <p>Obligación de cada deportista de traer su botella de líquido y/o alimentos para su uso personal en nrecipiente debidamente marcado para evitar confusiones</p> <p>Retirar únicamente la mascarilla en el momento exacto de ingerir alimentos y/o bebida. Hacerlo alejado del resto.</p> <p>Aprovechar cada parón para lavar las manos con hidrogel</p> <p>Alejarse del grupo y cambiar la mascarilla</p> <p>Traer siempre recambio de mascarilla</p>
DEPORTISTAS/ EQUIPO TÉCNICO	AÉREO	Desplazamiento y/o rotura de mascarilla durante el entrenamiento	Salvo excepciones no se permitirá que las personas acompañantes estén presentes en el entrenamiento.
OTRAS PERSONAS	PERSONA A PERSONA, CONTACTO, AÉREO, ESPACIO USO SIMULTÁNEO/SECUENCI AL	Observación de entrenamiento o competición por parte de acompañantes	<p>Se cumplirá la normativa respecto al aforo permitido en la instalación para público</p> <p>Uso de mascarilla obligatorio y mantenimiento de la distancia de seguridad durante TODA la estancia en la instalación</p> <p>Se dispondrá de gel hidroalcohólico para el uso continuado de los asistentes a la actividad</p> <p>Se pedirá que ante dicha situación se avise con anterioridad</p> <p>Se habilitará una zona específica de recogida. El/la acompañante esperará en la zona habilitada</p> <p>Prohibido el acceso a la zona de entrenamiento de toda persona ajena al mismo</p> <p>El/la acompañante será acompañado/a por persona del equipo manteniendo la distancia de seguridad</p>
OTRAS PERSONAS	PERSONA A PERSONA, CONTACTO, AÉREO, ESPACIO USO SIMULTÁNEO/SECUENCI AL	Un/a acompañante recogerá a un/a deportista antes del final programado de la sesión de entrenamiento	

ESPECIALIDAD: RUGBY

LUGAR: CAMPO DE RUGBY DE MONTEPORREIRO

CUANDO: ENTRENAMIENTOS

DESPUES DEL ENTRENAMIENTO			
AGENTE	TIPO DE CONTAGIO	DESCRIPCIÓN DE LA SITUACIÓN	MEDIDAS PROPUESTAS
DEPORTISTAS/ EQUIPO TÉCNICO	AÉREO / PERSONA A PERSONA	Charla tras la finalización del entrenamiento	Mantenimiento de distancia de seguridad interpersonal de 1,5 metros y uso de mascarillas. Una vez terminada la charla y antes de abandonar el espacio de entrenamiento TODAS las personas se higienizarán las manos
DEPORTISTAS/ EQUIPO TÉCNICO	MATERIAL COMPARTIDO	Recogida de material	Limpieza y desinfección de todo el material utilizado antes del guardado en el almacén EXCLUSIVAMENTE en la zona señalizada a tal efecto por una o varias personas marcadas por el equipo
			El/la jugador se quitará las botas de juego en el lugar designado guardando sus pertenencias en la mochila y dejando el lugar libre de cualquier objeto
			Se evitará gritar durante el momento de cambio y se limitará el tiempo de uso de este espacio.
			Se lavarán las manos con hidrogel al salir de la zona designada
EQUIPO TÉCNICO	MATERIAL COMPARTIDO	Acceso al almacén	El acceso al almacén estará limitado a una o varias personas por categoría, que será la encargada de la correcta manipulación/desinfección del material
			Desinfección de material antes y después de la actividad o de cada tarea con agua y desinfectante ó lejía
			No se compartirá material de uso individual(silbatos)
			Los deportistas, de manera escalonada acudirán a la zona específica para recoger sus pertenencias(grada señalizada), cambiarse las botas y seguir las indicaciones en lo referido a su uso. Posteriormente hará lo propio el equipo técnico
DEPORTISTAS/EQUIPO TÉCNICO	AEREO/PERSONA A PERSONA SUPERFICIE USO SIMULTÁNEO	Zona de cambio y almacenaje de mochilas	De manera individual y en el espacio designado, cada deportista/equipo técnico se cambiará, guardará todas sus pertenencias en la mochila y dejará el espacio totalmente vacío y limpio
			Zona de acceso y tiempo limitado
			Uso de mascarilla y distancia interpersonal de 1,5 m
			Se evitará gritar, comer, cantar durante el momento de cambio

CONTACTO PERSONA A PERSONA, AEREO	PERSONA A PERSONA AÉREO	Recogida de deportistas	Las personas acompañantes dejarán a los jugadores en la entrada de la instalación, no pudiendo acceder a la zona deportiva
--------------------------------------	----------------------------	-------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



XUNTA
DE GALICIA



Xacobeo 2021



DEPORTE
GALEGO



Medidas específicas COMPETICION

Antes-Durante y Después



ESPECIALIDAD: RUGBY
LUGAR: CAMPO DE RUGBY DE MONTEPORREIRO
CUANDO: COMPETICIÓN

ANTES DE LA COMPETICIÓN			
AGENTE	TIPO DE CONTAGIO	DESCRIPCIÓN DE LA SITUACIÓN	MEDIDAS PROPUESTAS
DEPORTISTAS/ EQUIPO TÉCNICO	No existe	Antes de salir de casa. Autotest. Recogida de datos de salud en relación con sintomatología COVID	Antes de dirigirse al entrenamiento y tras la medición de temperatura, alteraciones respiratorias en caso de presentar alguna sintomatología compatible con la COVID, NO ACUDIR al entrenamiento y AVISAR
DEPORTISTAS/ EQUIPO TÉCNICO	No existe	Antes de salir de casa: Equipamiento para la práctica deportiva	Antes de dirigirse al entrenamiento se vestirán con la ropa que se utilizará en el entrenamiento, a excepción de las botas que vendrán en bolsa aparte y se colocarán en el lugar habilitado para ello. Sobre la ropa deportiva irá otra a modo de protección y abrigo (chandal, sudadera que se quitará y guardará en sus propias mochilas).
DEPORTISTAS/ EQUIPO TÉCNICO	AÉREO/PERSONA a PERSONA	Desplazamiento al campo.	Utilizar transporte particular. Distanciamiento máximo si se comparte transporte con personas no convivientes y uso de la mascarilla
FAMILIARES	AÉREO/PERSONA A PERSONA	Desplazamiento al campo.	Evitar el contacto físico y tocar objetos durante el desplazamiento, en la medida de lo posible Desinfección de las partes del vehículo susceptibles de estar en contacto Utilizar transporte particular. Distanciamiento máximo si se comparte transporte con personas no convivientes y uso de la mascarilla
DEPORTISTAS/ EQUIPO TÉCNICO/ FAMILIARES	AÉREO/PERSONA A PERSONA	Llegada al campo. Entrada a la instalación	Evitar el contacto físico y tocar objetos durante el desplazamiento, en la medida de lo posible Desinfección de las partes del vehículo susceptibles de estar en contacto Las personas acompañantes dejarán a los jugadores en la entrada de la instalación, no pudiendo acceder a la zona deportiva Seguir las indicaciones en lo referido a la circulación en la instalación y acceso a la misma Se establecerán zonas diferentes de ENTRADA y SALIDA de la instalación Comprobación de la TEMPERATURA y lavado de manos con hidrogel en la entrada Evitar el contacto personal en los saludos

DEPORTISTAS/ EQ. TÉCNICO	AEREO/PERSONA A PERSONA	Saludo entre equipo técnico y deportistas	Uso de mascarilla y distancia interpersonal de 1,5 m Evitar el contacto personal en los saludos Evitar el contacto físico en los saludos y el intercambio de objetos Uso de mascarilla y distancia interpersonal de 1,5 m
FAMILIARES Y PÚBLICO	PERSONA A PERSONA AÉREO USO SIMULTÁNEO/SECUCIONAL	Acceso a la instalación para ver la competición	Se establecerán zonas diferentes de ENTRADA y SALIDA de la instalación Se seguirán las normativas en vigor respecto al aforo, control de acceso y autorización de público.
DEPORTISTAS/ EQUIPO TÉCNICO	AEREO/PERSONA A PERSONA SUPERFICIE USO SIMULTÁNEO	Zona de cambio y almacenaje de mochilas	Habilitar una zona específica para que jugadores y equipo técnico puedan dejar sus pertenencias(grada señalizada)y seguir las indicaciones en lo referido a su uso Habilitar una zona específica para que el equipo visitante pueda dejar sus pertenencias(grada señalizada)y seguir las indicaciones en lo referido a su uso Zona de acceso limitado, de tamaño suficiente para que pueda separarse el equipamiento, y controlada, en la medida de lo posible, por persona designada a tal efecto El/la jugador se cambiará en el lugar designado metiendo todas sus pertenencias en la mochila y quedando ésta únicamente en el lugar señalado Se cogerá la botella de agua y se llevará al lugar designado en el campo(siempre con nombre) no pudiendo volver al lugar hasta la finalización del entrenamiento Uso de mascarilla y distancia interpersonal de 1,5 m Se evitará gritar y cantar durante el momento de cambio y se limitará el tiempo de uso de este espacio.
DEPORTISTAS/ EQUIPO TÉCNICO / PÚBLICO	SUPERFICIE USO SIMULTÁNEO/SECUCIONAL	Uso de baños	Atender a lo establecido por la normativa en vigor y por el titular de la instalación Uso de la mascarilla Mantener la distancia de seguridad interpersonal Evitar el contacto innecesario(puertas, paredes...) Lavado de manos exhaustivo y/o uso de hidrogel al entrar y salir
DEPORTISTAS/ EQUIPO TÉCNICO / OTROS	CONTACTO PERSONA A PERSONA USO SIMULTÁNEO/SECUCIONAL	Preparación de material para llevar a cabo la actividad(colocación de palos, protectores...)	Determinar persona/s para realizar dicha tarea con antelación a la actividad Se hará de manera individual y manteniendo la distancia de seguridad siempre que sea posible Desinfectar el material utilizado y limpieza de manos antes y después de la tarea

EQUIPO TÉCNICO	MATERIALES DE USO COMPARTIDO	Material para el partido: balones, botiquín	<p>Limpeza previa de todo el material que se usará en el partido: balones..</p> <p>Botiquín: disponer y utilizar siempre guantes de uso individual cada vez que se coja algo del botiquín</p> <p>Promover el uso de material personal (vendax..)</p>
DEPORTISTAS/ EQUIPO TÉCNICO	CONTACTO PERSONA A PERSONA	Entrega de ropa para el partido	<p>Prohibido el intercambio de petos, ropa de calentamiento y equipamiento para el partido entre los/as jugadores/as.</p> <p>Se tratará de entregar la equipación para el partido a cada jugador/a de uso individual para toda la temporada al inicio de esta.</p> <p>Uso de alfombra para la desinfección edl calzado nates de entrar en el campo</p>
DEPORTISTAS/ ARBITROS/ EQUIPO TÉCNICO/ OTROS	CONTACTO USO SECUENCIAL	Personas que acceden al campo	<p>No se puede acceder al campo con el mismo calzado que se utilizó para acudir a la instalación</p> <p>Instalación de alfombra desinfectante o similar</p> <p>Uso de alfombra para la desinfección edl calzado nates de entrar en el campo</p>
DEPORTISTAS/ EQUIPO TÉCNICO	CONTACTO PERSONA A PERSONA USO SIMULTÁNEO/SECUENCIAL	Entrega de bebidas o avituallamiento para la actividad	<p>Preferiblemente serán los/as deportistas los que lleven de su casa su propia botella</p> <p>Las bebidas y avituallamiento serán de uso individual y marcado en el recipiente con el nombre de la persona para evitar confusiones</p> <p>Definir un espacio en el cual se evite el contacto entre participantes y el material que se entrega, se minimizarán los riesgos por proximidad o contacto estipulando previamente cómo será el reparto</p>
ARBITRO/ EQUIPO TÉCNICO	CONTACTO PERSONA A PERSONA USO SIMULTÁNEO/SECUENCIAL	Preparación del material para la competición (revisión de actas, solicitud de documentación al equipo, instrucciones...)	<p>Se usará mascarilla en todo momento y se mantendrá la distancia de seguridad</p> <p>La mesa instalada será adecuada para que se pueda mantener la distancia de seguridad y se colocará siempre que sea posible, en el exterior</p> <p>Se dispondrá de un dispensador de gel hidroalcohólico y una papelera de pedal</p> <p>Se desinfectarán las manos tras manipular documentos/material y antes de manipular otro/s</p>
DEPORTISTAS/ EQUIPO TÉCNICO	CONTACTO PERSONA A PERSONA AÉREO	Grito previo al inicio del partido	<p>Se evitará siempre que sea posible</p> <p>Se buscarán alternativas para garantizar la distancia y la propagación de aerosoles en un espacio próximo, sin gritar cara a cara</p>

EQUIPO TÉCNICO	MATERIALES DE USO COMPARTIDO	Material para el desarrollo del entrenamiento	<p>Limpieza previa de todo el material que se usará en el entrenamiento: escudos, balones, conos</p> <p>Fomentar de que cada equipo disponga de su propio material</p> <p>Botiquín: disponer y utilizar siempre guantes de uso individual cada vez que se coja algo del botiquín</p> <p>Promover el uso de material personal (vendás..)</p>
----------------	------------------------------	-----------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

ESPECIALIDAD: RUGBY
LUGAR: CAMPO DE RUGBY DE MONTEPORREIRO
CUANDO: COMPETICION

DURANTE LA COMPETICION			
AGENTE	TIPO DE CONTAGIO	DESCRIPCIÓN DE LA SITUACIÓN	MEDIDAS PROPUESTAS
DEPORTISTAS EQUIPO TÉCNICO ÁRBITRO	CONTACTO PERSONA A PERSONA	Sustitución de jugadores/as haciendo entrega de la tarjeta de cambio	No se entregarán las tarjetas de cambio El/la jugadora esperará en la zona de sustitución y será el /la delegada la persona que comunique el cambio. Se mantendrá la distancia de seguridad.
DEPORTISTAS EQUIPO TÉCNICO ÁRBITRO	CONTACTO PERSONA A PERSONA	Celebraciones durante el partido	Se respetará la distancia de seguridad Se buscarán formas alternativas sin contacto entre personas.
DEPORTISTAS EQUIPO TÉCNICO ÁRBITRO	AÉRO PERSONA A PERSONA	Conversaciones entre staff y jugadores para dirigir el encuentro	Mantener la distancia de seguridad y el uso de la mascarilla durante todo el encuentro Uso de material individual (pizarra, carpeta..)
DEPORTISTAS EQ. TÉCNICO	CONTACTO CON MATERIAL DE USO ALTERNO	Uso del balón	El entrenador/a podrá retirarse la mascarilla en momentos puntuales para dar instrucciones SOLAMENTE en el campo a un jugador si fuese imposible que lo escuche con la mascarilla puesta y siempre y cuando se mantenga la distancia de al menos 1,5 metros. Desinfección de balones antes, durante (descansos) y después del partido Desinfección de manos antes, durante (descansos) y después del partido
DEPORTISTAS EQ. TÉCNICO	CONTACTO PERSONA A PERSONA	Uso de la mascarilla durante el partido	Los/as jugadores usarán la mascarilla durante todo el partido y tendrán otras de repuesto en caso de necesitarlas por rotura Está prohibida la manipulación o retirada de la mascarilla durante el partido (balón en juego)
DEPORTISTAS EQ. TÉCNICO	AÉRO	Rotura o desplazamiento de mascarilla	Se establecerán tiempos técnicos oficiales de 1 min. en la mitad de cada parte para que los/as jugadores se puedan separar de los demás para retirar la mascarilla para evitar ahogos y situaciones de ansiedad. Traer siempre una o varias mascarillas de repuesto Alejarse al menos a una distancia de más de 1,5m y cambiar la mascarilla Higienizarse las manos antes y después de manipular la mascarilla
DEPORTISTAS EQ. TÉCNICO	AÉRO ESPACIOS DE USO SIMULTÁNEO	Jugadores y staff en banquillo	Se evitarán bancos corridos, con preferencia de sillas dispuestas con distancia, incluso utilizando las gradas si fuese necesario Desinfección antes y después del partido Se dispondrá de gel hidroalcohólico y papelera en cada banquillo Se asignarán los asientos y se mantendrá la distancia de seguridad así como el uso de la mascarilla

DEPORTISTAS EQ. TÉCNICO	AÉREO ESPACIOS DE USO SIMULTÁNEO	Jugadores en la zona de calentamiento	Se habilitarán 2 zonas de calentamiento por equipo en los fondos del campo claramente marcadas Se procurará que los/as jugadores que esperan para entrar en el partido mantengan la distancia de seguridad Antes de entrar al campo se higienizarán las manos y mantendrán en todo momento puesta la mascarilla Tanto el personal sanitario como los/as jugadores usarán la mascarilla Se desinfectará el material a utilizar antes y después de su uso Lavado de manos por ambas partes antes y después de recibir/dar el tratamiento En el caso de que el jugador/a no pueda continuar será acompañado/a por el staff manteniendo la distancia de seguridad siempre que sea posible hasta el lugar habilitado para que una persona responsable(familia/perona club) lo recoja Recomendación de no hacerlo En caso de que se haga incrementar la distancia a 3 mts de separación y paso del equipo contrario por el medio sin saludos físicos, manteniendo la distancia de seguridad entre todos Solo podrá haber público si así lo dispone el protocolo de la instalación y se dispondrá de gel hidroalcohólico en las gradas Se mantendrá la distancia de seguridad, se usará la mascarilla en todo momento y se evitarán los gritos para evitar la propagación de aerosoles Atender a lo establecido por la normativa en vigor y por el titular de la instalación Uso de la mascarilla Mantener la distancia de seguridad interpersonal Evitar el contacto innecesario(puertas, paredes...) Lavado de manos exhaustivo y/o uso de hidrogel al entrar y salir
DEPORTISTAS EQ. TÉCNICO OTROS	AÉREO ESPACIOS DE USO SIMULTÁNEO/SECUCN CIAL PERSONA A PERSONA	Trabajos de manipulación/atención médica en caso de lesión	
DEPORTISTAS	CONTACTO	Pasillo de final de partido	
FAMILIARES Y/O PÚBLICO	PERSONA A PERSONA AÉREO ESPACIOS USO SIMULTÁNEO/SECUCN CIAL	Asistencia de público	
DEPORTISTAS EQUIPO TÉCNICO PÚBLICO	SUPERFICIE USO SIMULTÁNEO/SECUCN CIAL	Uso de baños	

ESPECIALIDAD: RUGBY
 LUGAR: CAMPO DE RUGBY DE MONTEPORREIRO
 CUANDO: COMPETICION



DESPUES DE LA COMPETICION			
AGENTE	TIPO DE CONTAGIO	DESCRIPCIÓN DE LA SITUACIÓN	MEDIDAS PROPUESTAS
EQUIPO TÉCNICO / FAMILIAS	PERSONA A PERSONA AÉREO	Interacciones entre familias o entre familias y equipo técnico al finalizar el partido	uso de mascarilla y respetar la distancia de seguridad Fomentar el uso de las conversaciones de manera virtual Avisar al entrenador/a con antelación para evitar que haya interacciones entre varias familias y el entrenador/a al mismo tiempo Los trofeos/medallas serán desinfectados previamente
DEPORTISTAS/ EQUIPO TÉCNICO / ÁRBITROS / OTROS	CONTACTO PERSONA A PERSONA AÉREO	Ceremonias de entregas de premios	No se harán entregas directas. Estarán colocadas en una mesa y serán los/as deportistas quien lo/s recojan personalmente y se fotografiará con la autoridad que lo entrega manteniendo la distancia de seguridad No se harán fotos de equipo u otras que supongan no poder mantener las distancias de seguridad.
DEPORTISTAS/ EQUIPO TÉCNICO / ÁRBITROS / OTROS	AÉREO USO SIMULTÁNEO/ SUPERFICIE PERSONA A PERSONA	Terminación del partido	En el caso de que haya varios encuentros consecutivos no podrá acceder al campo ningún participante del encuentro que se realizará a continuación hasta que hayan salido todos los participantes anteriores de la zona de competición y se hayan completado las tareas de desinfección que este documento y los de la propia instalación establezcan para el inicio de un encuentro
EQUIPO TÉCNICO	MATERIAL COMPARTIDO	Acceso al almacén para recoger material utilizado en el partido	El acceso al almacén estará limitado a una o varias personas por categoría, que será la encargada de la correcta manipulación/desinfección del material Desinfección de material antes y después de la actividad o de cada tarea con agua y desinfectante ó lejía No se compartirá material de uso individual(silbatos)

DEPORTISTAS/EQUIPO TÉCNICO	AEREO/PERSONA A PERSONA SUPERFICIE USO SIMULTÁNEO	Zona de cambio y almacenamiento de mochilas	<p>Los deportistas, de manera escalonada acudirán a la zona específica para recoger sus pertenencias (grada señalizada), cambiarse las botas y seguir las indicaciones en lo referido a su uso. Posteriormente hará lo propio el equipo técnico</p> <p>De manera individual y en el espacio designado, cada deportista/equipo técnico se cambiará, guardará todas sus pertenencias en la mochila y dejará el espacio totalmente vacío y limpio</p> <p>Zona de acceso y tiempo limitado</p> <p>Uso de mascarilla y distancia interpersonal de 1,5 m</p> <p>Se evitará gritar, comer, cantar durante el momento de cambio</p>
DEPORTISTAS/EQUIPO TÉCNICO / ÁRBITROS/OTROS	CONTACTO PERSONA A PERSONA AEREO USO SIMULTANEO DE SUPERFICIE	Celebración del Tercer tiempo	No se podrán celebrar los tradicionales terceros tiempos
FAMILIARES	PERSONA A PERSONA AEREO	Recogida de deportistas	<p>Las personas acompañantes esperarán a los jugadores en la entrada de la instalación, no pudiendo acceder a la zona deportiva</p> <p>Se evitarán las aglomeraciones en las salidas de las instalaciones y en los accesos a las mismas.</p>