

**DIRECCIÓN GENERAL DE DEPORTE**

**XXXIX JUEGOS DEPORTIVOS EN  
EDAD ESCOLAR DE ARAGÓN**

**PROTOCOLO SANITARIO 2021-22**

**ACTUALIZADO A FECHA: 03-09-2021**

**FEDERACIÓN DE: GIMNASIA**

**DEPORTE: GIMNASIA RÍTMICA**

## **PROTOCOLO SANITARIO COVID-19 DE GIMNASIA RÍTMICA**

1. Introducción
2. Prohibición de acceso.
3. Medidas preventivas y de protección.

### 1. Introducción.

Diseñamos este plan de inicio para establecer el sistema y medidas específicas de organización y prevención, con el objetivo principal de preservar la salud con la máxima seguridad de toda persona con autorización de acceso a las instalaciones.

**En todo momento se cumplirán las instrucciones relativas a medidas de higiene y seguridad, de las condiciones en las que debe desarrollarse la actividad deportiva profesional y federada, según las instrucciones dictadas por las Autoridades sanitarias y deportivas.**

### 2. Prohibición de acceso.

Se prohibirá el acceso a las instalaciones a toda aquella persona que manifieste solo uno de los siguientes condicionantes:

- Temperatura corporal superior a 37 grados.
- Cualquier síntoma de Covid-19 marcado por las autoridades sanitarias en los últimos 15 días.
- Cualquier duda de posible contagio al haber estado en contacto con algún contagiado en los últimos 15 días.



### 3. Medidas preventivas y de protección.

#### **A nivel general.**

- El acceso a las instalaciones será solo para deportistas. En ningún momento podrá acceder a la instalación ni a las zonas de entrenamiento ninguna persona que no sea, deportista, técnico, juez, preparador físico, coreógrafo o cualquier otra figura reconocida entre los grupos de federados y siempre en posesión de licencia federativa.
- Se distanciarán los turnos de entrenamiento, para evitar la acumulación de personas tanto al inicio como a la final de estos.
- Los/as entrenadores/as deberán ser respetuosos con estas normas y serán los/as encargados de transmitir las e intentar hacer cumplirlas.
- Será obligatorio el acceso con mascarilla para las personas de seis años en adelante en todos los espacios cerrados del centro deportivo. El uso de la mascarilla por parte de deportistas, personal técnico y equipos arbitrales será obligatorio durante el desarrollo de las competiciones, salvo cuando se encuentren dentro del terreno de juego o pista o en la realización de la prueba deportiva correspondiente. Durante los entrenamientos el uso de la mascarilla resulta obligatorio, tanto para deportistas como para personal técnico.
- Cada grupo o equipo deberá guardar un registro con el nombre apellidos y teléfono de todo el que acceda a la instalación cada día, de forma que en caso de que se dé un contagio se pueda tener un seguimiento de contactos por parte de la autoridad sanitaria. Este registro será propio de la entidad que realiza la actividad.
- Se seguirá el siguiente **protocolo en caso de lesiones**:
  - Paralizar el entrenamiento hasta que la zona quede despejada.
  - Auxiliar a la persona caída o lesionada, siendo el/la entrenador/a el encargado, el cual, deberá portar mascarilla en todo momento.
  - Actuar en función del accidente y avisar a la familia del lesionado.

#### **Llegada a la instalación.**

- Los/as gimnastas acudirán a la instalación con mascarilla y con la ropa deportiva que vayan a utilizar puesta.
- Se accederá a la instalación haciendo una única fila y evitando aglomeraciones. Los equipos entrarán en grupo manteniendo la distancia de seguridad, utilizando el dispensador de hidrogel disponible en el acceso al espacio deportivo y una persona de la organización les tomará la temperatura.
- Deberá procederse a un lavado de manos, tanto a la entrada del espacio deportivo, como a la salida.

### Durante el entrenamiento.

- Se mantendrá en todo momento las distancias de seguridad.
- Se tendrá cuidado con las superficies de contacto compartidas y elementos de higiene personal usados y que no hayan sido lavados previamente.
- No se compartirán botellas de bebidas ni material o ropa deportiva como, camisetas, toallas ni otros materiales sanitarios o personales.
- Se restringe el uso de materiales comunes. Se recomienda que cada deportista lleve su propio material deportivo evitando compartir el material.
- Se evitará tocarse la cara.
- Los/as gimnastas deberán recogerse el pelo, para así evitar el contacto con los ojos y la cara.
- Cada gimnasta llevará su propia esterilla o toalla, para evitar así el contacto con el tapiz. Se recomienda una toalla para el sudor.
- Se limpiará y desinfectará el material utilizado por los deportistas al finalizar cada turno de entrenamiento.

### Control a la salida.

- Al abandonar la instalación cada gimnasta recogerá sus pertenencias, debidamente desinfectadas.
- Se realizará un **seguimiento de cada gimnasta** rellenando la siguiente planilla.

Planilla de seguimiento del deportista. Club:			
Nombre gimnasta:		Edad:	
Temperatura:			
Síntomas:	Tos	SI	NO
	Disnea	SI	NO
	Cansancio	SI	NO
	Somnolencia	SI	NO
	Molestias digestivas	SI	NO
	Alteraciones del gusto	SI	NO
	Dificultades del olfato	SI	NO
	Problemas dermatológicos	SI	NO
	Último entrenamiento mal tolerado	SI	NO

<b>Contacto con otras personas:</b>	Sin sospecha de COVID Con sospecha de COVID Con COVID	SI SI SI	NO NO NO
-------------------------------------	---	----------------	----------------

**Vuelta a casa.**

- Al volver a su domicilio procederá al lavado de su ropa y desinfectará el resto de equipo deportivo que haya usado. Así mismo procederá a su higiene personal.

**La higiene de manos.**

- Es la medida principal de prevención y control de la infección. Deberá realizarse, según la técnica correcta y siempre en cada uno de los siguientes momentos: Antes y después de entrenar y al llegar a casa.



**El uso de mascarillas.**

- Es un elemento de protección pero tiene importantes limitaciones en el deporte. No obstante el uso de mascarillas por parte de los/as gimnastas y equipo técnico será de carácter obligatorio.



### **Acondicionamiento y mantenimiento de la instalación.**

- Antes de la apertura de la instalación se procederá a su limpieza y desinfección, así como del mobiliario, equipos de trabajo, etc. Se realizará también la desinfección de tapices, todo ello cumpliendo siempre con las medidas de higiene.
- En todo momento la instalación estará provista de material de desinfección.
- Se realizará una limpieza exhaustiva del espacio y del material utilizado. Se desinfectará directamente todo lo que se estime que pueda estar contaminado.
- Se realizarán tareas de ventilación periódica de las instalaciones cerradas.
- Se cumplirá con los aforos de las zonas de vestuarios, duchas y baños.

**Este protocolo es orientativo, el documento estará permanentemente sujeto a la evolución de varios factores: el normativo, acatando las disposiciones que las autoridades competentes emitan, y si la situación lo exige; el médico-sanitario, también determinado por las autoridades competentes, que podría exigir una revisión y/o cambios de este documento.**

Zaragoza, 3 de Septiembre de 2021

Comité Técnico FAG GR