

LIGA DE FUTBOL DEL PARTIDO DE LA COSTA

PROTOCOLO SANITARIO COVID-19



INGRESO AL CLUB

- ▶ 1. Establecer un responsable por deporte y división que será el encargado de recibir a los deportistas en el ingreso al entrenamiento.
- ▶ 2. Este responsable deberá estar provisto de Barbijo y alcohol liquido al 70% o alcohol en gel para su permanente aseo personal.
- ▶ 3. Este responsable hará ingresar individualmente a los deportistas.
- ▶ 4. En el ingreso se hará firmar la Declaración Jurada correspondiente (si es menor de edad deberá completar y firmar su madre, padre o tutor), se completará la asistencia diaria y se le deberá tomar la temperatura a cada deportista antes de autorizar el ingreso a la práctica. Solo podrán entrenar quienes no tengan valores febriles que signifiquen una alerta (límite máximo 37.4°).
- ▶ 5. El responsable dirigirá a los deportistas al campo de juego y asignará el sector de entrenamiento a cada jugador.
- ▶ 6. Delimitar físicamente y de forma visible los distintos campos de juego, respetando el distanciamiento deportivo.
- ▶ 7. Colocar una silla en el borde de cada celda de la cancha para que cada jugador coloque sus efectos personales. Esta silla deberá ser desinfectada entre un entrenamiento y el siguiente.
- ▶ 8. Habilitar una puerta de entrada a la cancha y otra puerta de salida.



INGRESO AL CLUB

- ▶ 9. Establecer horarios de entrenamiento con pausas de 10 minutos entre uno y otro para evitar el contacto entre los deportistas de dos turnos dentro del club.
- ▶ 10. Los entrenadores, profesores de educación física y demás personal de cada club deben usar barbijo o mascarilla todo el tiempo.
- ▶ 11. Mantener cerrados los vestuarios en el sector de duchas.
- ▶ 12. Mantener abiertos los baños y proveer de personal para desinfectar cada box después de cada uso.
- ▶ 13. Inhabilitar los bebederos comunitarios.
- ▶ 14. En los baños mantener la provisión de jabón líquido, toallas de papel descartables y/o alcohol en gel o alcohol líquido al 70%.
- ▶ 15. No utilizar bidones de agua de uso compartido.
- ▶ 16. En las inmediaciones del campo de juego sólo podrán estar presentes deportistas autorizados y cuerpo técnico.



LOS DEPORTISTAS

Los deportistas deberán cumplir las siguientes acciones para poder llevar adelante las sesiones de entrenamiento.

- ▶ 1. Cambiarse en su domicilio y llegar al entrenamiento listo para entrenar. No podrá cambiarse ni al inicio ni al final de la práctica.
- ▶ 2. Llevar agua suficiente para su propio consumo y alcohol líquido o alcohol en gel para uso personal y elementos de higiene personal. Estos elementos no pueden compartirse.
- ▶ 3. No compartir ningún elemento durante el entrenamiento, no tocar pelotas, conos, vallas, etc. con las manos.
- ▶ 4. Para el traslado al club no se podrá compartir el mismo auto salvo quienes vivan en un mismo domicilio. Si se utiliza transporte público deberán hacerlo usando barbijo y cuidando la distancia con las demás personas.
- ▶ 5. Llevar el mínimo de elementos posibles evitando el uso de elementos innecesarios para la práctica deportiva como anillos, colgantes, aros y relojes.
- ▶ 6. Respetar el box que se le asigna para entrenamiento del cual no podrá salir durante el mismo.
- ▶ 7. No se podrán duchar en el club y sólo podrán usar el baño en casos de extrema necesidad y de a una persona por turno.
- ▶ 8. Si asisten padres o acompañantes deberán quedarse en el vehículo. No podrán ingresar al predio del club.



LOS DEPORTISTAS

- ▶ 9. Permitir que se le tome la temperatura previo al entrenamiento y en ese momento en caso de haber más de un deportista ubicarse a 2 m de distancia una de otra hasta que se tome la temperatura.
- ▶ 10. Llegar al club 10 minutos antes del inicio del entrenamiento (no antes) y retirarse inmediatamente finalizado el mismo.
- ▶ 11. Usar barbijo hasta el momento previo al inicio del entrenamiento y asear manos previo a salir de su domicilio.
- ▶ 12. Asear sus manos con alcohol (que deberá tener entre sus pertenencias y no compartir) antes de empezar el entrenamiento y al finalizar el mismo.
- ▶ 13. Al regresar a su domicilio evitar el contacto con personas sin haber previamente desechado toda la vestimenta y calzado utilizada en una bolsa para su posterior lavado y haber procedido al aseo personal.
- ▶ 14. Si tiene alguno de los siguientes síntomas quédese en casa y consulte a un profesional médico:
 - ▶ A) Los síntomas más habituales son los siguientes:
 - ▶ Fiebre; Tos seca; Dificultad para respirar o sensación de falta de aire; Dolor o presión en el pecho; Incapacidad para hablar o moverse.
 - ▶ B) Otros síntomas menos comunes son los siguientes:
 - ▶ 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 -

