

RETORNO SEGURO a la Actividad en los Clubes en el contexto pandemia COVID-19

Subcomisión Rugby Seguro URBA

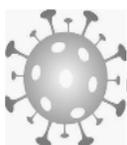
Con el fin de colaborar con los clubes para el momento que las autoridades competentes en cada jurisdicción permitan la reapertura de las sedes sociales y deportivas para la vuelta a los entrenamientos de nuestros jugadores y posterior inicio de las competencias, el Consejo Directivo solicitó a la Subcomisión de Rugby Seguro la elaboración de una Guía que, teniendo en cuenta las actuales medidas de prevención que se aplican en protocolos vigentes y aquellas recomendaciones emanadas por la Unión Argentina de Rugby, sirva para la confección de los planes de acción que se deberán llevar a cabo para el retorno de la actividad de manera responsable y segura.

GUIA PARA LA APERTURA DE CLUBES Y RETORNO A LOS ENTRENAMIENTOS EN EL MARCO DE LA PANDEMIA COVID-19

La que sigue es una guía que proponemos llevar adelante entendiendo que las realidades de nuestros clubes son diferentes ya sea por su ubicación geográfica, tipo de instalaciones, cantidad de socios, deportes y recursos por lo que deberán encontrar el mejor modo y protocolo para adaptar sus necesidades y posibilidades, cumpliendo con las medidas obligatorias que las autoridades gubernamentales dispongan priorizando la salud y seguridad de todos.

Objetivos

- *proporcionar herramientas a los clubes para planificar una **Vuelta al Club de modo Seguro** en el contexto de pandemia
- *minimizar los riesgos de contagio para todos cumpliendo con las normas que emitan los organismos gubernamentales correspondientes (municipal, provincial y nacional)
- *contemplar y adecuar un plan de acción acorde a las normativas vigentes y en relación a las diferentes realidades de los clubes
- *asesorar convenientemente en caso de detectarse algún caso dentro de un grupo y comunidad del club



CUIDAR AL
JUGADOR ES LO
PRIMERO Y MÁS
IMPORTANTE



ESTRUCTURA

Referente de COVID-19

.Cada Club designará a su Referente de COVID-19 que estará en pleno contacto con el Referente COVID-19 de la Subcomisión de Rugby Seguro de la U.R.B.A. (entendemos conveniente, a menos que el club considere oportuno la designación de otra persona, que dicho puesto sea ocupado por el Referente de Rugby Seguro actualmente en funciones)

.En conjunto se implementará la estrategia más adecuada de acuerdo al momento, situaciones particulares y restricciones o permisos que establezcan la autoridad sanitaria o gubernamental de cada zona

.Se coordinará una vía de comunicación clara y efectiva entre todas las partes para colaborar en la aplicación de las medidas de seguridad dispuestas.

.Informar, promover y tener evidencia que todos los involucrados (jugadores, entrenadores, colaboradores, preparadores físicos, médicos) han recibido y realizado la Educación prevista por la UAR y World Rugby (playerwelfare.worldrugby.org/covid-19-courses)

Roles del Referente COVID-19

*implementar estrategias de retorno a la actividad deportiva basadas en las restricciones o permisos locales vigentes (normas emanadas de autoridad gubernamental competente)

*adecuar el plan de acción en línea con las consideraciones previstas por la URBA

*difundir información básica pertinente (Afiches – Recomendaciones)

*colaborar para que todos los jugadores, entrenadores, colaboradores y staff reciban la información y educación adecuada en medidas de seguridad personal y comunitaria

Situación y medidas locales

*Las acciones dependerán **siempre** de las autorizaciones locales municipales y provinciales en cuanto a permiso de reapertura de clubes para la práctica deportiva y lineamientos generales obligatorios a seguir

*a la vez dependerán de los protocolos **más específicos** previsto por la Unión y, de tenerlo definido y aprobado por su órgano de control, el protocolo propio del Club



CUIDAR AL
JUGADOR ES LO
PRIMERO Y MÁS
IMPORTANTE



*estas medidas son dinámicas y transitorias, desde la Subcomisión de Rugby Seguro junto a referentes médicos trabajaremos en ordenar y facilitar la difusión de las medidas considerando que en este contexto habrá ajustes o cambios durante el proceso de retorno a la normalidad.

CONSIDERACIONES GENERALES

1. Informarse y asegurarse que la actividad física y/o deportiva ya está permitida en el municipio al que pertenece el club.
2. Asegurarse que su club está en condiciones generales y sanitarias seguras de reiniciar actividades dentro de los requisitos, permisos y restricciones vigentes locales.
3. Definir y presentar un Protocolo de Retorno Seguro a las actividades deportivas relacionadas al Rugby propio de su Club en línea con lo previsto por la URBA.
4. Comprometerse responsablemente con la difusión y cumplimiento del protocolo (centrado en cumplir las 10 Reglas de Compromiso)
5. Comprometerse en colaborar e informar al Referente COVID-19 de la Unión si surgen dificultades durante la aplicación del protocolo. Ello sin perjuicio de la responsabilidad del club en alertar a los organismos municipales correspondiente dichas dificultades.

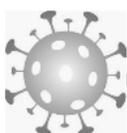
FASE 1 PREPARACION DEL CLUB Y AREA DE RUGBY

- .Prever estructura y coordinación de quienes, cómo y cuándo las personas podrán ingresar al club
- .Procurar tener resuelto el sector administrativo como paso inicial
- .Determinar claramente las actividades permitidas y áreas del club habilitadas
- .Informar previamente a todos los que asistirán al club de las condiciones actuales
- .Tener información previa de las personas que asistirán cada día al club (desde la Educación aprobada a la Auto-declaración de síntomas informado)
- .Preparar el área de ingreso al club previendo la **seguridad de portería**, personal de admisión, **vigilancia** o quien sea la persona que controla ingresos, con equipo de **protección personal** (tapaboca y máscara o gafas), **planilla de asistentes "habilitados"**, **control de temperatura (*op)**, **distancia social** de 2 metros, lavado y/o **desinfección de manos**, control de **tapabocas correcto** y procedimiento predeterminado en caso que algún asistente no cumpla los requisitos de ingreso.



Recomendaciones para las instalaciones

- *control de personas en el ingreso al club, con planilla previa de asistentes de acuerdo a grupo y horario habilitado
- *implementar un sistema posible para evitar asistentes de riesgo o sospecha de síntomas o contagio covid-19 (informe previo)
- *delimitar zonas de entrada y salida para garantizar un tránsito fluido manteniendo el distanciamiento social sugerido (2 mts)
- *zona de higiene de manos ubicadas y señalizadas en el ingreso y egreso de cada instalación (más dispositivos de higiene y/o desinfección que se puedan sumar)
- *las puertas deben estar abiertas (de ser posible) para evitar el uso de manijas de contacto masivo
- *señalizar e informar claramente cuales instalaciones están habilitadas para su uso y cuales no
- *suspender el uso de vestuarios y duchas hasta nuevo aviso, restricciones que dependerán de las medidas indicadas por la autoridad sanitaria local
- *Bar y/o Comedor, no consumo en mesas ni barra, sí despacho de bebidas y/o comidas para llevar
- *Gimnasio, uso procurando medidas de higiene y distanciamiento y limpieza completa de elementos de uso común entre grupos
- *Consultorio, Sala médica o Enfermería con protocolo, de a uno con barbijos puestos el jugador y el médico (y máscara facial y guantes de látex si el médico lo considera conveniente)
- *las instalaciones y equipamiento utilizado deben ser limpiados a fondo luego de su uso



JUGADORES, ENTRENADORES, PF's y STAFFS (10 REGLAS de COMPROMISO)

- 1. EDUCACIÓN**, completar el Curso Educativo WR COVID-19 y enviar certificado al Referente de COVID-19 (playerwelfare.worldrugby.org/covid-19-courses)
- 2. AUTODECLARACIÓN**, completar la ficha de autoevaluación de síntomas cada día de asistencia en principio y enviar al Referente de COVID-19
- 3. HIGIENE**, comprometerse y priorizar las practicas frecuentes de higiene de manos e higiene respiratoria
 - .asistir con tapaboca adecuado para el ingreso y egreso del club o momento de charla respetando la distancia social
 - .llevar su botella de hidratación personal y no compartirla
- 4. DISTANCIA**, respetar y mantener en todo momento la distancia social recomendada, 2m
- 5. VESTUARIO**, asistir con la ropa de entrenamiento puesta (no estarán los vestuarios habilitados)
- 6. CONTACTO FÍSICO**, evitar todo tipo de contacto como darse la mano, abrazarse, palmadas, etc.
- 7. VIAJES**, evitar viajes en automóvil compartidos hacia y desde el club, excepto entre quienes conviven habitualmente
- 8. EVENTOS**, abstenerse de reuniones grupales, celebraciones o eventos sociales que impidan cumplir con lo permitido por las autoridades
- 9. GRUPOS**, al inicio los equipos deberán entrenar en grupos reducidos en línea con los permisos vigentes (ej.; <10 personas, o la cantidad permitida en cada etapa o fase)
- 10. ESPACIO**, las actividades al aire libre son más seguras, permiten cumplir distanciamiento y se reduce el riesgo de contagio



.Examen diario / Auto declaración:

*inicialmente será necesario completar un cuestionario de síntomas COVID-19 antes de ir al Club

*en caso de presencia de algún síntoma deberá comunicarse con el médico y referente de COVID-19

.Síntomas:

*temperatura >37,5° / *tos / *dolor de garganta /*dificultad respiratoria /*falta de olfato o gusto

(**considerar otros síntomas menos frecuentes según actualizaciones OMS, ej.; diarrea, conjuntivitis, erupciones cutáneas, cambio de color en dedos)

FASE 2 ACTIVIDAD FISICA/ESPARCIMIENTO

.En principio se limitará a actividades físicas reducidas en cantidad de gente y tiempo, manteniendo mismos grupos en la medida de lo posible

.Será fundamental coordinar espacios, tiempos y grupos para mantener y cumplir las pautas responsablemente

.Evitar el contacto físico de todo tipo como darse la mano, palmearse, abrazo, etc...

.En caso de toser o estornudar cubrirse con el pliegue del codo y evitar escupir

.Evitar en principio el uso de materiales que impliquen contacto masivo como pelotas, escudos, etc.

.Gimnasio, si se usa el sector de gimnasio o elementos propios del gimnasio deberá respetarse la distancia social y la limpieza completa de los elementos utilizados entre cada grupo (prever buena ventilación)

.Hasta que se reduzcan las medidas de distanciamiento social se debe evitar el contacto físico, por eso inicialmente solo se podrán realizar entrenamientos individuales o en grupos reducidos



CUIDAR AL
JUGADOR ES LO
PRIMERO Y MÁS
IMPORTANTE



FASE 3 ENTRENAMIENTOS

.En la fecha y medida que las autoridades sanitarias o gubernamentales locales lo autoricen, se podrá integrar más jugadores a las prácticas y más situaciones del deporte que permitan completar un Entrenamiento pleno al margen de flexibilizarse o no las 10 reglas de compromiso

FASE 4 JUEGO CON CONTACTO o PARTIDOS

.Dependerá de la evolución de las etapas anteriores y las decisiones y permisos que habiliten las autoridades sanitarias y de gobierno local y entre las distintas jurisdicciones y, finalmente, de lo que prevea al respecto lo URBA

FASE 5 PARTIDOS con PUBLICO PRESENTE

.Será el momento en que se permita volver a la normalidad o nueva normalidad.- Al igual que las fases anteriores esto dependerá de las resoluciones que al respecto adopten las autoridades sanitarias correspondientes.

RESUMEN

.FASE 1:

- .Reunión y Presentación del Plan con Referentes de COVID-19 de cada Club
- .Preparación de los Clubes en relación al Protocolo de Retorno Seguro propuesto
- .Evaluación de todas las realidades y posibilidades de retorno seguro
- .Difusión de información y Educación a Jugadores, Entrenadores y Staff
- .CENTRAR EL PLAN EN LAS 10 REGLAS DE COMPROMISO (Afiche – Infografía)

.FASE 2:

- .considerando los permisos de gobierno local y los planes de retorno seguro presentados
- .reinicio de actividades físicas en los clubes, adaptadas a medidas vigentes

.FASES 3,4 y 5:

- .a considerar y definir oportunamente de acuerdo a permisos vigentes, evolución de etapas previas y resoluciones de la Unión (Entrenamiento pleno, Partidos, Viajes y Público)



COVID-19 symptom checker

AUTODECLARACION

.Complete éste Formulario evaluando e informando su situación actual en relación al COVID19

.Fecha

.día mes año

.Nombre y Apellido

.e-mail

.whatsapp

.Club/Equipo

.Te han diagnosticado o crees tener o haber tenido Covid19?

Sí

No

.Tenes o tuviste algún sintoma de Covid19 en los últimos 14 días?
(fiebre, tos, dolor de garganta, dificultad respiratoria, falta de olfato y/o gusto, cansancio o dolor muscular intenso)

Sí

No

.Fiebre Sí No / Tos Sí No / Dolor Garganta Sí No

.Dificultad Respiratoria Sí No / Falta Olfato-Gusto Sí No

.Cansancio-Dolor Muscular Sí No

.Temperatura actual

.Estuviste en contacto con algún caso confirmado o sospechado de Covid19 en los últimos 14 días?

Sí No

.Si respondiste con algún "Sí" (o tu temperatura es 37,5° o +) debes quedarte en casa e informar a tu médico, médico o manager de equipo y/o autoridad sanitaria local



CUIDAR AL
JUGADOR ES LO
PRIMERO Y MÁS
IMPORTANTE

10 REGLAS DE COMPROMISO PARA CUMPLIR CON UN RETORNO SEGURO

	<p>EDUCACION</p> <ul style="list-style-type: none"> .informarse bien de las medidas implementadas por su Club y el Referente de COVID-19 de su Club .realizar el módulo de Educación online RTP-COVID-19 y presentar el certificado (playerwelfare@worldrugby.org/covid-19-courses) 	 <p>VESTUARIO</p> <ul style="list-style-type: none"> .llegar cambiado al club y ducharse en casa, los vestuarios permanecerán cerrados hasta nuevo aviso
	<p>AUTODECLARACION</p> <ul style="list-style-type: none"> .inicialmente será necesario completar una ficha personal y a modo de autoevaluación de síntomas COVID-19 antes de dirigirse al Club .esta simple herramienta requiere un momento de información personal responsable para el cuidado de todos 	 <p>VIAJES</p> <ul style="list-style-type: none"> .se recomienda por el momento evitar viajes en automóvil compartidos hacia y desde el club excepto que convivan habitualmente y/o con tapa boca puesto
	<p>HIGIENE</p> <ul style="list-style-type: none"> .lavado y/o desinfección de manos completo y frecuente .evitar tocar superficies de contacto masivo .ante la necesidad de toser o estornudar cubrirse con pañuelo descartable o el pliegue del codo .procurar su botella personal de hidratación y no compartirla, evitar escupir 	 <p>EVENTOS</p> <ul style="list-style-type: none"> .abstenerse de reuniones grupales, celebraciones o eventos sociales que impidan cumplir con lo indicado o permitido por las autoridades locales
	<p>DISTANCIA SOCIAL</p> <ul style="list-style-type: none"> .respetar y cumplir en todo momento posible la distancia con otros de 2 metros 	 <p>GRUPOS</p> <ul style="list-style-type: none"> .al inicio los equipos deberán entrenar en grupos reducidos en línea con los permisos vigentes al momento lo que requerirá coordinar bien tiempos y espacios y evitar superposiciones
	<p>CONTACTO FISICO</p> <ul style="list-style-type: none"> .evitar todo tipo de contacto fisico como darse la mano, palmadas, abrazos, etc. .inicialmente las actividades fisicas serán reducidas en gente y tiempo y evitando todo tipo de contacto, incluso con elementos de uso masivo 	 <p>ESPACIO</p> <ul style="list-style-type: none"> .las actividades al aire libre son más seguras, es más fácil cumplir con la regla de distanciamiento y se reduce el riesgo de contagios



RETORNO SEGURO al RUGBY en contexto de pandemia COVID-19

CUIDAR AL
JUGADOR ES LO
PRIMERO Y MÁS
IMPORTANTE



10 REGLAS de COMPROMISO para cumplir con un RETORNO SEGURO



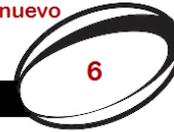
EDUCACION

- .Informarse bien de las medidas implementadas por su Club
- .Realizar el módulo de Educación online World Rugby COVID-19 y presentar el certificado

(playerwelfare@worldrugby.org/covid-19-courses)

- .Asistir cambiado al Club y ducharse en casa
- .Los vestuarios permanecerán cerrados hasta nuevo aviso

VESTUARIO



AUTODECLARACION

- .Completar y enviar ficha personal de evaluación de síntomas COVID-19 antes de dirigirse al Club

- .Se recomienda por el momento evitar viajes compartidos en auto hacia y desde el Club excepto que convivan habitualmente

VIAJES



HIGIENE

- .Lavado y/o desinfección de manos completo y frecuente
- .Evitar tocar superficies de contacto masivo
- .Al toser o estornudar cubrirse con pañuelo descartable o pliegue del codo, No escupir
- .Procurar su botella de hidratación personal y no compartirla

- .Abstenerse de reuniones grupales celebraciones o eventos sociales que impidan cumplir con lo permitido por las autoridades

EVENTOS



DISTANCIA SOCIAL

- .Respetar y cumplir en todo momento posible la distancia con otros de 2 metros

- .Reducidos al inicio, los equipos entrenaran según la cantidad permitida de personas juntas

GRUPOS



CONTACTO FISICO

- .Evitar todo tipo de contacto físico, darse la mano, abrazos, etc.

- .Actividades al aire libre son más seguras, es más fácil cumplir con el distanciamiento y se reduce el riesgo de contagios

ESPACIO

