



Protocolo deportivo PADEL COVID-19

Fecha de emisión: 11-08-2020

Revisión 1

Página 1 de 4

PROCOLO COVID-19 PRÁCTICA DE PADEL

INFORMACIÓN IMPORTANTE

Dejamos en claro que esta propuesta queda condicionada a las conductas previamente autorizadas por el Gobierno Nacional, el Gobierno Provincial, los diferentes municipios y el Club representado por su Comisión Directiva. Estas conductas y medidas están alineadas con los protocolos de seguridad del departamento médico CUBA que podrían ser adoptadas para disminuir los riesgos de contagio y resguardar el aislamiento social durante la práctica de este deporte.

Entiéndase que esto tiene vigencia dentro del planteo hipotético de un retorno a la actividad y que posiblemente deberá ser revisado si dicho protocolo es modificado al momento de retomar las actividades. Aspectos básicos de la pandemia que afectan la actividad deportiva y que son los condicionantes para las acciones de mitigación y preventivas que se proponen en el presente documento:

¿QUÉ ES EL COVID-19?

La enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19) es una pandemia actual causada por el síndrome respiratorio agudo severo coronavirus 2 (SARS-CoV-2). Este virus parece ser altamente infeccioso y hasta el momento no tenemos un tratamiento efectivo para el mismo. La mayoría (80%) de la gente infectada tiene síntomas leves y algunas personas no tienen ningún síntoma.

Por ser un virus nuevo hay muchas cosas que no sabemos de él. Sin embargo, al igual que otras infecciones virales, sabemos que muchas personas infectadas contagian hasta 2 días antes de tener síntomas. Esto significa que es fácil propagar esta enfermedad antes de darse cuenta de que la tiene.

¿CÓMO SE TRANSMITE EL COVID-19?

Por contacto con otra persona que esté infectada por el virus. La enfermedad puede propagarse de persona a persona a través de las gotitas que se expelen en la tos o estornudos. Estas gotitas caen sobre los objetos y superficies de modo que otras personas pueden contraer el COVID 19 si tocan estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca. Otra forma de contagio es mediante la inhalación de gotas procedentes de la nariz o boca que haya esparcido una persona con COVID 19 al toser o exhalar. Por eso es importante mantenerse a más de 1-2 metros de distancia de una persona que se encuentre enferma. Esta distancia es hoy reconocida como la distancia social que hace parte esencial de la estrategia de control del COVID-19 en la comunidad.



Protocolo deportivo PADEL COVID-19

Fecha de emisión: 11-08-2020

Revisión 1

Página 2 de 4

SÍNTOMAS COVID-19

Los síntomas se manifiestan a partir del día 2-14 luego de la exposición con un paciente enfermo o con el contacto directo de un objeto infectado.

- Malestar general
- Dolor de cabeza
- Reducción y/o pérdida del olfato y del gusto.
- Fiebre.
- Tos seca.
- Diarrea y malestar gastrointestinal.
- Dificultad para la respiración.

Es imprescindible reforzar las medidas de higiene personal en todos los ámbitos, en nuestro caso, en la estancia dentro del club, contemplando cualquier escenario de exposición.

CONSIDERACIONES EN CUANTO A LA HIGIENE DE MANOS

- Antes de entrar y salir de un área común.
- Luego de manipular objetos de uso común.
- Antes de ingerir cualquier tipo de alimento.
- Luego de la utilización del baño.

RECOMENDACIONES PARA EL USO DEL BAÑO

- El uso del vestuario y de las duchas están prohibidos
- Los sanitarios estarán abiertos, pero se recomienda al socio minimizar su uso a casos de extrema necesidad.
- El socio que haya reservado un turno de cancha deberá ingresar al Club con el equipamiento, la ropa y el calzado que utilizará para jugar, no pudiendo utilizar el baño para este fin.
- Al finalizar la práctica, el socio no podrá usar el baño para cambiarse la ropa ni el calzado, debiendo hacerlo en la cancha cuando esto fuera posible, o en su defecto en su propio auto/casa al retirarse del Club.

QUEDAN EXCLUIDOS DE LA PRÁCTICA

- Si ha dado positivo a un test de COVID-19 y no ha recibido aún el alta médica correspondiente.
- Si ha estado en contacto con alguna persona infectada con COVID-19 en los últimos 14 días.
- Si tiene cualquiera de los síntomas informados por el Ministerio de Salud y/o por la Organización Mundial de la Salud.



Protocolo deportivo PADEL COVID-19

Fecha de emisión: 11-08-2020

Revisión 1

Página 3 de 4

RECOMENDACIÓN DE NO PRÁCTICA DE DEPORTES

- Aquellos que formen parte de los grupos de riesgos definidos por el Ministerio de Salud, y/o por la Organización Mundial de la Salud, tales como personas mayores de 60 años, personas que sufran de enfermedades respiratorias, cardiovasculares y afecciones tales como diabetes.
- Enfermedades renales
- Cáncer
- Inmunosupresión (pacientes oncológicos, trasplantados...)
- Enfermedades renales
- Enfermedades neurológicas (Alzheimer)
- Categorías infantiles, por la dificultad que implica la utilización de insumos de protección (tanto de barrera preventiva, como los de desinfección) y por la asiduidad de llevar las manos a la cara permanentemente. En este punto establecer con los profesores de la actividad un parámetro en cuanto a edades.

INFORMACIÓN PARA JUGADORES, ENTRENADORES Y PERSONAL

Cada persona involucrada en un partido tendrá la responsabilidad de evitar la propagación del virus COVID-19, mediante la higiene personal, el distanciamiento social, el aislamiento en caso de referir los síntomas antes vistos.

- En el caso que 2 jugadores formen parte del mismo hogar, convivan en el mismo domicilio y cumplieren la cuarentena juntos, podrán jugar sin condicionamientos entre ellos.
- Cada persona deberá contar con un kit de desinfección.
- Antes de iniciar el juego se deben limpiar las canchas con los desinfectantes recomendados y una vez terminada la práctica desinfectar nuevamente.
- En la limpieza de las canchas se debe prestar especial atención a la limpieza de paredes laterales, perillas de las puertas, superficies planas, red.
- Sólo podrán ingresar a las instalaciones jugadores, entrenadores y personal de limpieza e higiene. Será de uso obligatorio el barbijo dentro de las instalaciones.
- Se debe llevar un registro diario de todos los jugadores / personal que asistió a la instalación, así como la hora de entrada y la hora de salida para tener la posibilidad de seguimiento en caso de contagios potenciales.
- Para el armado de los turnos se deben considerar los intervalos necesarios para permitir que los jugadores terminen y abandonen el área, luego se realizará la desinfección correspondiente y posteriormente ingresará el próximo turno.
- No estará permitido el “tercer tiempo” y no estarán disponibles en las instalaciones dispenser de agua, vasos, toallas. Los jugadores deberán llevar sus propios elementos de hidratación e higiene.
- No estará habilitados los vestuarios ni duchas, el jugador deberá llegar con la vestimenta deportiva y retirarse inmediatamente terminado su turno de cancha.



Protocolo deportivo PADEL COVID-19

Fecha de emisión: 11-08-2020

Revisión 1

Página 4 de 4

PROTOCOLO PARA EL ENTRENAMIENTO Y JUEGO.

- Los jugadores no deben permanecer fuera de la cancha antes o después de un partido o entrenamiento.
- Los jugadores deben desinfectar manos, paleta y calzado antes de comenzar el juego.
- Use la curva de su codo o un pañuelo desechable cuando tosa o estornude.
- Se debe desinfectar el calzado de calle, las zapatillas de pádel deben transportarse en el bolso y utilizarlas para ingresar a la cancha.
- Las pertenencias del jugador y/o entrenador deben ubicarse en extremos opuestos de la cancha.
- Uso exclusivo de paleta propia.
- Prohibido cambiar de lado en juego impares.
- Nuevas bolas traídas por los jugadores.
- Desinfectarse las manos cada 15 minutos.
- Los jugadores deben evitar tocarse la cara y los ojos durante la sesión.
- No se debe usar red o paredes para secarse las manos.
- No se deben colocar toallas, ropa transpirada ni cualquier otro objeto de uso personal en bancos, sillas, mesas o el perímetro cercano a la cancha, deberán permanecer en todo momento dentro del bolso de cada jugador.
- Se debe Evitar el contacto físico con sus compañeros/as: eliminar apretón de manos, abrazos y cualquier otro tipo de contacto.
- En la entrada de cada cancha utilizar dos trapos de piso: uno con agua con lavandina y uno seco.
- No dejar ningún tipo de objeto de uso personal o desuso en las instalaciones, como ser, ropa, botellas, grip usado, bola pinchada, etc.

Nuestro club implementará diferentes medidas de seguridad en las instalaciones para contribuir a este proceso que apunta a ayudar a los jugadores, entrenadores y personal de apoyo a vivir de manera segura durante esta crisis y, cuando se reduzcan las restricciones, conducir un retorno seguro a la actividad cumpliendo con las normas y en forma segura.