



# Protocolo para deportes acuáticos: acciones para el retorno al entrenamiento durante la pandemia COVID 19



Ministerio de  
Turismo y Deportes  
Argentina

Argentina **unida**





## Protocolo de acciones de promoción, preventivas y protección, para el retorno al entrenamiento deportivo en tiempo de la pandemia COVID 19.

Con el objetivo de prevenir y combatir el Coronavirus COVID-19, debemos adaptarnos a las medidas sugeridas por las autoridades sanitarias y gubernamentales de manera a mitigar el riesgo de contagio y desacelerar el ritmo de propagación del virus en nuestro País.

El gobierno promulgó varios decretos, entre ellos el decreto 297/2020, con el objeto de privilegiar la salud de la población y protegiéndola de evitar contagios masivos, se ha establecido la obligatoriedad de una cuarentena domiciliaria en diferentes períodos luego prolongados al momento hasta el día 24 de Mayo.

Teniendo en cuenta la evolución de la pandemia y ante la evidencia de que representa un peligro inminente para la salud pública, se declaró Estado de Emergencia Sanitaria en todo el país para el control del cumplimiento de las medidas sanitarias en la implementación de las acciones preventivas ante el riesgo de expansión del coronavirus (COVID-19).

Este documento recomienda las directrices para el regreso a entrenamientos de nuestros deportistas de elite, bajo procedimientos de protección que permitan minimizar cualquier posibilidad de contagio del virus, abarcando todos los factores o momentos de riesgo, y ofreciendo las máximas garantías posibles de salud y seguridad para los deportistas y el personal de apoyo, siguiendo las recomendaciones del Ministerio de Salud y la Nación.

Cabe destacar que dichas medidas propuestas en el presente documento, revisten un carácter de recomendación para que tanto el Ministerio de Salud, como así también otras competencias que puedan estar involucradas, evalúen la instrumentación de las mismas y están planteadas en un carácter estricto en las primeras instancias, para luego y en la medida que las condiciones estén dadas, ir flexibilizándolas en la búsqueda de la normalidad de la actividad que incluya la mayor cantidad de nuestros atletas a la actividad, siempre reconociendo que prima la salud de todos antes de cualquier decisión deportiva.

La cuarentena ha sido cumplida en todo el país y seguramente deberá continuar en las fases que el Poder ejecutivo nacional, provinciales y municipales establezcan, atendiendo a la particularidades de cada jurisdicción, toda vez que son dichos organismos quienes disponen de la información más certera respecto a los caminos críticos que deben seguirse en ésta terrible pandemia mundial.

Los deportistas podrán realizar sus respectivos entrenamientos en compañía de sus entrenadores y preparadores físicos, según la fase y cumpliendo con las recomendaciones que a continuación se describen.



## I- Grupos de elite

Las siguientes 5 recomendaciones están destinadas específicamente a grupos de elite, de cantidades muy reducidas de atletas y con estrictos controles que se podrían instrumentar en 3 o 4 piscinas elegidas estratégicamente en el país, de modo que puedan retomar de inmediato las prácticas en las piscina, para tratar de evitar de esta forma y por el tiempo ya transcurrido fuera de la actividad, un perjuicio irreversible en sus preparaciones físicas y psicológicas, ya que por la especificidad de la disciplina, no hay forma de que sus entrenamientos sean reemplazados con otra actividad similar.

### 1- Restricciones de distancia

- a. Asignar a cada nadador 6 m<sup>2</sup> de área en áreas secas para calentamiento, respetando así la distancia recomendada de separación entre personas. Definir en la piscina el área seca destinada a su uso, la cual deberá estar marcada correctamente de modo que será fácilmente identificable a la vista.
- b. Asignar a cada atleta una pista/calle/andarivel por periodo de entrenamiento y dejar libre una pista/calle/andarivel entre cada atleta.
- c. El número de atletas que pueden permanecer en la piscina por periodo de entrenamiento dependerá del número de calles en la piscina y la posibilidad de definir en el espacio seco de la piscina.
- d. Implementar un sistema de control de acceso a las instalaciones para bloquear las entradas cuando se alcance la capacidad máxima.

### 2- Recomendaciones iniciales:

- a. La CADDA deberá remitir a la Secretaria de Deportes y Turismo de la Nación/ Enard/COA u organismo correspondiente el listado de los deportistas de Alto Rendimiento que iniciaran la fase 1 de entrenamientos.
- b. Cada grupo podrá tener de 1 a 2 personas de apoyo cómo; entrenador, preparador físico y algún miembro de salud (médico o fisioterapeuta).
- c. El deportista deberá contar con seguro vigente.
- d. Los deportistas y el personal de apoyo deberán comunicar vía telefónica si presentan al menos 2 de los siguientes síntomas : Fiebre (37.5°C o más), Tos, Odinofagia, Dificultad respiratoria, Anosmia/disgeusia de reciente aparición y Que en los últimos 14 días Tenga un historial de viaje fuera del país o dentro del país, a zonas de transmisión local (ya sea comunitaria o por con



glomerados) o Residencia en zonas de transmisión local (ya sea comunitaria o por conglomerados) de COVID-19 en Argentina para proceder a la suspensión de las actividades deportivas y su aislamiento. Como así también todo caso sospechoso considerado por el Ministerio de Salud de la Nación Ocultar la presencia de algún síntoma se considera una falta grave y será pasible de la sanción civil correspondiente.

e. Si alguna persona dentro de las viviendas de los deportistas o el personal de apoyo presentasen una prueba positiva para COVID-19, deberá aislarse de forma definitiva del equipo y solo podrá hacer trabajo individual desde su casa. Tratando por supuesto de estar aislada de la persona infectada.

f. El deportista o personal de apoyo tiene la obligación de informar si:

- Ha proporcionado cuidados a un caso confirmado mientras el caso presentaba síntomas y que no hayan utilizado las medidas de protección personal adecuadas.
- Ha permanecido a una distancia menor a 2 metros con un caso confirmado mientras el caso presentaba síntomas. durante al menos 15 minutos. (ej. convivientes, visitas, compañeros de trabajo).

g. Se deberá designar a una persona del equipo que será el encargado del cumplimiento de los presentes protocolos, asegurar la capacitación las personas dentro de su equipo y en su sitio de entrenamiento, con respecto a los aspectos de; entrega de listados, certificados requeridos, limpieza y desinfección de las áreas.

h. El tapabocas es de uso OBLIGATORIO en todo momento, excepto durante el entrenamiento, el personal de apoyo si continuará con este requisito en todo momento, como así también será obligatoria la distancia que se deberá mantener de 2 metros entre las personas.

i. El deportista y el personal de apoyo deberá dirigirse desde la casa al lugar de entrenamiento y del entrenamiento a la casa sin escalas, no deberá entrar en contacto con ninguna persona en el trayecto, si fuera estrictamente necesario, corresponderá a hacerlo a dos metros de distancia.

j. No está permitido en ningún caso el uso de silbato.

k. No está permitido gritar o cantar.

l. Debe evitarse en todo momento el contacto físico (besos, abrazos, apretones de manos).

### **3- Protocolo de llegada al escenario deportivo:**

a. El traslado deberá ser en vehículos propios o de los padres, recordando mantenerlo ventilado para garantizar la higiene y desinfección del interior del mismo, con un máximo de 2 (dos) personas por automóvil, conductor y otro atrás, en lados opuesto evitando en lo posible utilizar transporte público.



b. Sin perjuicio de lo antes mencionado, en caso de que no sea posible evitar el uso de transporte público, se recomienda fuertemente:

- Uso de tapabocas en todo momento.
- Recordar la importancia de una buena higiene de las manos antes, durante y después de los desplazamientos a realizar.
- Desplazarse provisto de un kit de higiene personal (jabón de tocador, alcohol en gel, pañuelos descartables, toallas para secarse las manos).
- Respetar las distancias recomendadas de (como mínimo 1,5 metros e idealmente 2 metros).
- Evitar los aglomeramientos en los puntos de acceso al transporte que se vaya a utilizar.

c. El personal de seguridad permitirá la entrada únicamente del deportista o personal de apoyo designados en las listas que la CADDA haya enviado previamente.

d. No se permitirá el acceso al lugar a personas con factores de riesgo para la salud, según los mencionados por el Ministerio de Salud en su Resol 2020-207-APN-MT.

e. Al ingresar al natatorio se controlara la temperatura a los deportistas y personal de apoyo, a través de termómetros infrarojo que no impliquen contacto físico con la persona, donde la presencia de más de 37,5° C como así también la manifestación de algunos de los síntomas mencionados en el apartado anterior no se permitirá el acceso y se procederá a informar a las autoridades sanitarias competentes para que se tomen las medidas correspondientes según protocolo de Ministerio de Salud de la nación. Las personas que realicen las mediciones deben contar con elementos de Protección personal sugeridos por el Ministerio de Salud de la Nación para personas que realicen triage.

#### **4- Protocolo de inicio del entrenamiento:**

a. Cada deportista y personal de apoyo, deberá contar con su propio kit de aseo compuesto por: alcohol rectificado en spray, alcohol en gel, toallas de papel, tapabocas y las actuales recomendaciones, dentro de una pequeña mochila.

b. El establecimiento deberá garantizar la provisión de elementos para higiene de manos (alcohol en gel, agua y jabón, toallas de papel descartables).

c. No podrán compartirse ningún tipo de elementos para entrenamiento incluyendo antiparras, snorkel, manoplas, aletas, arneses, tablas, pull boys, etcétera, los cuales deberán ser de uso exclusivo de cada atleta.

d. No deberá utilizarse vestuario al ingreso.

e. Queda estrictamente prohibido compartir: utensilios, mate, termo de hidratación o toallas, etc. El deportista únicamente podrá consumir agua en botella sellada y propia, rotulada con su nombre.



f. No podrán ser utilizados elementos que entren en contacto permanente con la piel de los deportistas, como chalecos, arneses, balones, bandas elásticas, etc a excepción de que se encuentren incluidos dentro del kit de desinfección y entrenamiento entregado previamente a cada deportista.

g. Evitar el contacto de las manos con superficies contaminadas (puertas, picaportes, manijas y tomas), y llevarlas a boca, nariz y ojos.

h. Toser o estornudar sobre un pañuelo de papel y no sobre la mano, y desecharlo inmediatamente en un basurero.

i. No escupir en el suelo.

j. Una vez finalizada cada sesión el personal de aseo deberá realizar la limpieza y desinfección profunda tanto del baño, vestuarios y áreas comunes.

k. En vestuarios amplios con más de 10 duchas: Podrán ingresar en grupos pequeños de 3 a 5 deportistas, para: lavado de manos y uso sanitario. No se permitirán el uso de las duchas para el baño corporal.

l. Baños: Se podrá hacer uso del baño durante el entrenamiento, el mismo se encontrará abierto desde el inicio para evitar el contacto con las superficies. Evitar tocar grifos, sanitarios, picaportes, manijas y chapas, y lavarse las manos al salir, usar toalla desechable para cerrar grifo. No puede haber más de una persona en el baño, solo hasta que esta persona salga podrá ingresar una más.

## **5- Protocolo al finalizar el entrenamiento:**

a. Debe evitarse en la medida de lo posible el uso de vestuario al egreso.

b. Si se utiliza vestuario al egreso, deben mantenerse las normativas de distanciamiento social (al menos 1,5 e idealmente 2 metros) y ocupación (no más de una persona cada 2,25 metros cuadrados), así como el uso obligatorio de tapabocas.

c. Lavar la ropa deportiva en casa en agua caliente entre 60 a 90oC con detergente normal.

d. Tanto el deportista como el personal de apoyo deberán seguir cumpliendo con el aislamiento preventivo general y las medidas de restricción decretados por el Presidencia de la República y el Ministerio de Salud.



## II-Protocolo procedimental sobre natatorios

En este punto es importante dejar en claro que las instalaciones de las piscinas no son responsabilidad de la CADDA y como tal, no depende de ella determinar el modelo específico de gestión de los espacios exteriores e interiores que se adoptarán, no obstante lo cual y como entidad madre de las disciplinas acuáticas, se proponen una serie de recomendaciones que lejos de invadir jurisdicciones que no son de nuestra competencia, intentan brindar herramientas de prevención, al menos en etapas iniciales o de reactivación, para evitar o bien reducir a una mínima expresión las posibilidades de contagio del mencionado virus, las cuales y en la medida que las condiciones estén dadas poder volver gradualmente a los estándares de uso habituales.

Sin perjuicio de lo que se menciona en el desarrollo del presente protocolo (el que tiene por objeto no solo la vuelta inmediata a la actividad de los atletas de elite, sino también la vuelta a la normalidad de la actividad acuática en general) queremos destacar que:

- No resulta apropiado por el momento el reinicio de actividades que impliquen la presencia de niños.
- No resulta apropiado por el momento el reinicio de actividades que impliquen la presencia de adolescentes menores de 14 años.
- No resulta apropiado por el momento el reinicio de actividades que impliquen la presencia de mayores de 65 años ni de personas consideradas en riesgo de formas graves de COVID-19.

Los cuales si podrán volver a la actividad en los términos y recomendaciones que más adelante se recomiendan, pero siempre y cuando las autoridades gubernamentales así lo dispongan en función de la fase en la que se encuentre cada localidad.

### 1- Criterios generales de limpieza, sanitización y ventilación

Dado que la información preliminar sugiere que el virus puede sobrevivir varias horas, es importante considerar que, como informa el Ministerio de Salud, el uso de desinfectantes simples es capaz de matar el virus en las superficies, cancelando su capacidad de infectar a las personas, por ejemplo a través de desinfectantes que contiene 70% de alcohol (etanol) o 0.1% a base de cloro.

#### > Limpieza

Debería realizarse diariamente la limpieza de:

- Habitaciones / áreas debe afectar a las superficies toque con más frecuencia (por ejemplo, puertas, manijas, ventanas, vidrio, mesas, interruptores de luz, inodoros, grifos, fregaderos, escritorios, sillas, manijas de pasajeros, teclas, teclados, controles remotos, impresoras).
- Cambiar las herramientas de limpieza entre los espacios frecuentados por el público y los dedicados a los empleados.



- Las superficies que se tocan con frecuencia deben limpiarse con la mayor frecuencia posible (al menos diariamente y si es posible con mayor frecuencia). Ejemplos de estas superficies son: manijas y barras de puertas, sillas y reposabrazos, tableros de mesa, interruptores de luz, pasamanos, grifos de agua, botones de elevadores, etcétera.
- El uso de un detergente neutro para limpiar superficies en locales generales.
- Limpieza de baños públicos, lavabos e inodoros en habitaciones abiertas al público. debe ser realizado con cuidado por varias personas. Considere usar un desinfectante efectivo contra virus, como hipoclorito de sodio al 0.1% u otros productos virucidas autorizados siguiendo las instrucciones de uso proporcionadas del fabricante, ese procedimiento va implementado en cada cambio de turno y/o cambio de usuario.
- El personal dedicado a la limpieza ambiental debe usar equipo de protección personal durante actividades de limpieza. El uso de equipo de protección (mascarilla, uniforme que se quita y lavado frecuente en agua caliente y guantes) es suficiente para la protección al limpiar las instalaciones en general.
- El material de limpieza debe limpiarse adecuadamente al final de cada sesión de limpieza.
- La higiene de las manos debe realizarse cada vez que se retiren los dispositivos de protección.
- El material de desecho producido durante la limpieza debe colocarse en la basura sin clasificar.
- Proveer de los elementos necesarios para efectuar la limpieza húmeda (balde, trapeador, paño, agua, detergente) y desinfección (recipiente, trapeador o paño, agua hipoclorito de sodio de uso doméstico con concentración de 55 gr/litro en dilución para alcanzar 500 a 1000 ppm de cloro -100 ml de lavandina en 10 litros de agua). Las soluciones de lavandina deben utilizarse dentro de las 24 horas de preparadas para asegurar su eficacia. Los profesionales equivalentes prestando atención al uso correcto de cada superficie a limpiar.
- No se recomienda rociar o frotar la ropa, el calzado, bolsos, carteras u otras pertenencias con alcohol, lavandina u otras soluciones desinfectantes.
- No se recomienda el uso de "cabinas desinfectantes" u otro tipo de dispositivos que impliquen el rociado de soluciones desinfectantes sobre las personas, este tipo de intervenciones no sólo no tienen utilidad demostrada en la prevención de la transmisión de virus respiratorios, sino que su uso puede asociarse a potenciales efectos nocivos.

#### > Ventilación:

- En primer lugar lograr la limpieza y desinfección de todos los sistemas de ventilación.
- En edificios equipados con sistemas específicos de ventilación mecánica controlada, estos deben



mantenerse activos permanentemente. En este período de emergencia para aumentar el nivel de protección, la función de recirculación del aire debe ser eliminada para evitar el posible transporte de patógenos (bacterias, virus, etc.) en el aire. En esta etapa también puede ser útil abrir ventanas y balcones durante la jornada laboral para aumentar aún más el nivel de intercambio de aire

- Las tomas y rejillas de ventilación deben limpiarse con paños de microfibra limpios humedecidos con agua y jabón o con 75% de alcohol etílico secándose después.
- En el caso de habitaciones sin ventanas (por ejemplo, archivos, vestuarios, baños, etc.), pero equipadas con ventiladores / extractores, estos deben mantenerse en funcionamiento durante toda su estadía. Se recomienda activar el extractor de aire ya unos minutos antes de que el personal ingrese.
- Debe haber disponible un número adecuado de contenedores en cada área de residuos, cerrados con tapa de apertura de pedal, para la eliminación de pañuelos desechables.

## **2- Medidas generales para la prevención y protección del personal**

- Informar a los trabajadores de lo que indiquen las instituciones. Especificar, entre otros: la obligación de permanecer en su hogar si tiene fiebre (más de 37.5 °) u otros síntomas de gripe y llame a su médico autoridad familiar y de salud, manteniendo una distancia segura y reglas de higiene de manos.
- Desarrollar actividades de identificación de potenciales casos mediante la medición de temperatura corporal, fomentando el autorreporte y la realización de cuestionarios sencillos para la detección de posibles síntomas previo al ingreso.
- Si se instaure la medición de temperatura al ingreso a la institución, esta debe realizarse empleando termómetros infrarrojos que no impliquen contacto físico directo. La persona encargada de la medición de temperatura debe contar con equipo de protección personal apropiado. La especificación del equipo a emplear deberá ser detallado en las recomendaciones específicas de cada actividad.
- No permitir el ingreso a los establecimientos de personas con temperatura igual o mayor a 37,5°C o que presenten los síntomas propios del COVID-19.
- Evitar la estigmatización y la discriminación de personas sintomáticas o afectadas por COVID-19 y sus contactos estrechos.
- Establecer medidas a adoptar en el establecimiento para aislar a una persona que manifieste síntomas de COVID-19 para lo cual se sugiere disponer de en una sala o zona en donde la persona con síntomas no tenga contacto con otras personas y espere hasta ser evaluada adecuadamente. Se debe proceder de acuerdo a lo establecido o según lo indicado por las autoridades locales de salud de la jurisdicción.



- Ante la identificación de personas con síntomas respiratorios o fiebre, contactar inmediatamente al Sistema de Emergencias de salud local para su evaluación y eventual traslado a una institución de salud. Debe notificarse toda sospecha de COVID-19 a la autoridad sanitaria local.
- Consultar al personal si en los últimos 14 días tuvieron contacto con sujetos que dieron positivo para COVID-19 o provenían de áreas de riesgo de acuerdo con las indicaciones OMS. También en este caso, la recopilación de datos debe realizarse de acuerdo con la legislación de privacidad.
- Consultar a los trabajadores que ya han dado positivo por infección por COVID 19, o bien que que porten la certificación médica que muestra "negativa" del hisopado u otras medidas de control similares emitidos por el departamento de prevención jurisdicción territorial.
- Regular el acceso del proveedor: para el acceso de proveedores externos, identificar los procedimientos de entrada, tránsito y salida, a través de métodos, croquis y cronogramas predefinidos, para reducir las oportunidades de contacto con el personal.
- Si es posible, los conductores de los medios de transporte deben permanecer a bordo de sus propios vehículos, No está permitido el acceso a las oficinas.
- Para las actividades necesarias de preparación de las actividades. de carga y descarga, el transporte debe cumplir con la distancia estricta de 1 metro.
- Para proveedores, transportistas y / u otro personal externo, se recomienda el uso de baños distintos a los del personal habitual.
- La empresa debe proporcionar los medios adecuados de limpieza de manos (líquidos de limpieza, jabón y agua, alcohol al 75% y similares) tanto para personal interno como externo.
- El uso de máscaras y otros dispositivos de protección que cumplan con las disposiciones de autoridades científicas y sanitarias.
- Se debe proporcionar información adecuada sobre la base de los deberes y los contextos de trabajo, con referencia particular a todas las medidas adoptadas que el personal debe cumplir.
- No se recomienda el testeo de personas asintomáticas por ningún método (PCR ni serología), ni la implementación de "Pasaportes de inmunidad" o la exigencia de certificados de "apto infecciológico" de ningún tipo. Se sugiere en la medida de lo posible diferir la realización de estudios de rutina postergables para evitar la circulación y la exposición a posibles fuentes de transmisión del virus en el sistema de salud.



### 3- Medidas de áreas específicas

#### > Sala de máquinas

- Control y desinfección de tanques, tanques de compensación y masas filtrantes.
- Inspección de los sistemas de tratamiento de agua.
- Confirmación de idoneidad para el baño a través de los análisis químicos y microbiológicos esperados.

#### > Área de entrada / recepción

- En el caso de que la barrera de acceso sean tornos y sea necesario tocarlos con las manos/piernas, es preferible tenerlos bajados o tocarlos con la ropa.
- Si la instalación lo permite, utilizar una puerta de entrada y otra de salida para intentar evitar al máximo los cruces. Es decir, establecer una circulación de personas circular para que en ningún momento se mezclan.
- Las puertas de entrada no automáticas permanecen abiertas, para que no todos los usuarios y/o acompañantes tengan que tocarlos.
- Recomendamos evaluar el posicionamiento de las alfombras de entrada de tres zonas (eliminación de suciedad gruesa - suciedad fina y húmeda - humedad residual)
- Instalación de dispensadores, que deben ser automáticos, de desinfectante.
- Instalación de indicadores en el piso que eliminen colas de espera y mantengan la distancia de seguridad.
- Colocar en la entrada del escenario una alfombra con solución desinfectante para limpiar la suela de los zapatos.
- Remoción de bancos, sofás, áreas de juego para niños y asientos en general.
- Instalación de paneles de información de número y dimensiones adecuados que muestran las indicaciones del gobierno en materia de contención de coronavirus
- Posicionamiento de carteles horizontales para garantizar el respeto a la distancia personal.
- Eliminar molinetes/puestos de control en el ingreso.



- La distancia interpersonal es de mínimo 1,5 metros e idealmente 2 metros y la densidad de ocupación no debe superar una persona cada 2.25 metros cuadrados.

#### > Oficina principal

- Instalación de paneles separadores transparentes entre el personal y el usuario.
- Fomentar pagos electrónicos.
- Promover la digitalización de prácticas administrativas (evite utilizar formularios de registro en papel tanto como sea posible, recibos manuales, etc.).
- Limpieza y desinfección de la estación con la mayor frecuencia posible.
- Provisión permanente de productos desinfectantes y toallitas desinfectantes para manos.
- Limpieza y desinfección de toda el área de trabajo al menos dos veces al día.
- Posicionamiento de carteles horizontales para garantizar el respeto a la distancia personal.
- Los teléfonos deberían usarse en auriculares individuales.

#### > Vestuarios

- Proporcionar el control y la detección del acceso del usuario de una manera adecuadamente espaciada para mantener distancias de seguridad.
- Proveer si fuera posible de bolsas de polietileno desechable para guardar el calzado.
- Guardar ropa y zapatos dentro de los armarios.
- Instalación de dispensadores automáticos de toallitas desinfectantes o gel desinfectante para la limpieza de los gabinetes.
- Proporcionar la presencia constante de personal de limpieza.
- Compruebe continuamente que el intercambio de aire es adecuado de acuerdo con las normas.
- Instalación de paneles de información de cantidad y dimensiones adecuadas
- Posicionamiento de carteles horizontales para garantizar el respeto a la distancia personal.
- Organice separadores en bancos y perchas para garantizar la distancia interpersonal de al menos 1 metro.



#### > Baños y duchas

- Instalación de dispensadores, preferiblemente automáticos, de jabón y desinfectante.
- Compruebe continuamente que el intercambio de aire es adecuado de acuerdo con las normas.
- En el caso de un solo ambiente para duchas, si no permiten mantener una distancia adecuada mientras se usan alternativamente, es necesario instalar separadores entre una ducha y otra para mantener la distancia de seguridad.
- Proporcione duchas con una duración máxima de 2 minutos por usuario.
- Proporcione señales claras para el cumplimiento de las reglas de espacio y el número máximo de usuarios en el espacio de la ducha.

#### > Piscina

- Acceda a las piscinas pasando la bandeja del lava pies
- Compruebe los parámetros (cloro, pH y temperatura) del agua de manera frecuente.
- Limpieza y desinfección de materiales y herramientas de enseñanza al final de cada sesión de capacitación.
- Compruebe que el intercambio de aire es adecuado de acuerdo con las normas.
- Las tribunas de espectadores deben permanecer cerradas

### **4- Requisitos para los usuarios**

- Los usuarios deben declarar que no han sido afectados por la enfermedad COVID-19.
- No se permitirá el ingreso de acompañantes bajo ninguna circunstancia.
- Los usuarios que han padecido la enfermedad COVID-19 deben presentar la documentación de verifique el alta médica, como así también y autorización para terminar el aislamiento.
- Los usuarios deben declarar (preferiblemente en forma digital) la ausencia de exposición personal a casos conocidos o probables o sospechosos de COVID-19 en los últimos 14 días.



- No se permitirá el acceso a personas en cuarentena.
- Ante cualquier síntoma o manifestación del usuario que infiera un posible caso sospechoso según el apartado 3 (protocolo de llegada al escenario deportivo) y a juicio del médico de la piscina, puede ser recomendable repetir los controles médicos para descartar potenciales infecciones de COVID-19, (dicho certificado se podría adelantar digitalmente a través de correo electrónico).
- La temperatura corporal se medirá a los usuarios y sus acompañantes en cada acceso. Para las personas con una temperatura igual o superior a 37.5 ° C no tendrán acceso y deberán consultar a su médico. Le recomendamos que mantenga un registro de sus mediciones con autorización previa del usuario de conformidad con las normas de privacidad.
- Los usuarios deberían conservar la máscara hasta ingresar al natatorio, luego se las sacaran y las podrán guardar en bolsas (que se desecharan de inmediato), para realizar la actividad en el agua y una vez finalizada la misma usaran nuevamente las máscaras.
- Los cuidadores (padres de niños, por ejemplo) siempre tendrán que usar las máscaras.
- Las condiciones deberán ser entregadas con suscripción para conocimiento de los usuarios, además, deberán ser exhibidos a través de carteles con las disposiciones generales sobre las reglas de conducta, el número de personas que pueden acceder a las diversas áreas y los caminos a seguir. Incluso las certificaciones de la desinfección debe estar expuesta.
- Utilizar los contenedores de residuos en cada área para los pañuelos desechables.
- Tenga en cuenta que la desinfección de manos es la clave para prevenir la infección. Lava tus manos a menudo y a fondo con agua y jabón durante al menos 60 segundos y luego séquelos bien. Si no lo son agua y jabón disponibles, también se puede usar un desinfectante para manos a base de alcohol (concentración de alcohol de al menos 70%).
- Tenga en cuenta que en el agua está prohibido escupir, orinar, sonarse la nariz. Si es necesario, use para ello los baños antes de entrar en el agua.
- Salga de la piscina después del Nada inmediatamente y evita Reuniones de personas.

## 5- Tareas y formación de personal

### > Personal de recepción

- Proporciona información y lleva a cabo prácticas administrativas (registro, renovaciones, pagos, etc.), debe ser reparado por clientes por un separador transparente.
- Debe usar la máscara.



- Los clientes no deben poder acceder al espacio detrás del escritorio. En caso de recepción en situaciones de espacio abierto, se deben hacer las correcciones necesarias para proteger al personal.
- En presencia de múltiples operadores de escritorio, los espacios y las tareas deben organizarse de una manera que permita garantizar el cumplimiento de la distancia interpersonal de 1 metro.
- El personal de recepción debe estar capacitado para evitar cualquier invasión del espacio personal del personal clientes y no manejar objetos de su propiedad si no es estrictamente necesario.

#### > Personal de limpieza

- Sus intervenciones deben ser organizadas de alguna manera para ser siempre operado en espacios despejados por usuarios que usan cambios de turno.
- Debe evitar el contacto con los usuarios, excepto en casos excepcionales donde se debe respetar la distancia medidor social.
- El personal de aseo debe contar con guantes industriales, tapabocas, gorro, zapato cerrado y uniforme, especiales para su trabajo y seguir los manuales de limpieza y desinfección para este tipo de trabajos, como así también todo elemento de protección Personal dispuestos por el Ministerio de Salud, de acuerdo a la tarea que desempeñen, según <https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID19/recomendaciones-uso-epp>
- Este personal deberá enumerar los utensilios empleados (cepillos, paños, escoba, mangueras a presión, máquina barredora, etc.), así como los productos utilizados en cada caso. Estos deberán ser sometidos a un proceso de desinfección después del uso.
- Debe aportarse la ficha de datos de seguridad recomendaciones y medidas para un almacenamiento seguro de los productos empleados, siempre fuera del alcance de los usuarios y respetando las precauciones indicadas en el etiquetado.
- Finalmente y completando este rubro se remiten las recomendaciones de limpieza hechas por el Ministerio de Salud <http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000001899cntcovid-19-recomenedaciones-limpieza-desinfeccion.pdf>

#### > Asistentes de vestuario

- Regulan el acceso de los usuarios a los vestuarios, verifican el respeto por las distancias sociales, ayudan verbalmente los niños de la escuela de natación (que pueden ser aceptados solo si son autónomos en las operaciones de vestidor y necesidades / higiene personal).



- Deben tener buenas habilidades de comunicación para guiar a los usuarios con respeto y respeto con cortesía y firmeza reglas.

> Instructores, entrenadores, asistentes de baño.

- Ayudan a estudiantes y atletas en sus actividades de enseñanza y deportes. Operan fuera del agua eventualmente con la ayuda de una barra flexible u otros soportes para guiar y apoyar a los nadadores.
- Organizan ejercicios para garantizar que se mantenga la distancia máxima entre el alumno y el alumno, atleta y atleta, verificando el cumplimiento de los niveles máximos de hacinamiento (al menos 4 m<sup>2</sup> para cada nadador) prestando especial atención a la elección de ejercicios para minimizar los riesgos de contacto entre nadadores.
- Educar a los estudiantes y atletas para cumplir con los estándares de seguridad.

> Mantenedores

- Cuidan el mantenimiento de las plantas. Sus intervenciones deben programarse durante el horario de apertura, cierres o en cualquier caso, organizarlos para que no operen dentro de las instalaciones en presencia conjunta de los usuarios o con el resto del personal.

> Formación

- Las reuniones con el personal deberán ser manteniendo las distancias o por teleconferencias para actualizaciones sobre métodos organizacionales y de comportamiento, en relación con lo anterior. Todo el personal deberá recibir capacitación sobre todos los procedimientos disciplinarios en las diversas áreas de la planta.
- Se debe proporcionar información adecuada sobre la base de los deberes y los contextos de trabajo, con referencia particular al conjunto de medidas adoptadas que el personal debe cumplir, en particular sobre uso correcto del equipo de protección personal para ayudar a prevenir todas las formas posibles de propagación del contagio.

## **6- Aspectos educativo y organizacional**

Además, al reanudar la actividad deportiva básica, se deben considerar los siguientes aspectos:

- Cursos para niños: el padre no acompaña al niño en el vestuario; se debe proporcionar una cantidad de asistentes apropiado a la edad y número de hijos. Instructor fuera del agua



- Es aconsejable que los niños lleguen a la piscina con el traje de baños debajo de la ropa para facilitarles operaciones de vestuario
- Cursos para adultos: instructor fuera del agua
- Cursos de fitness: instructor fuera del agua.
- Clases individuales y entrenamiento personal: instructor fuera del agua
- Actividades individuales con personas con discapacidad: instructor en el agua con máscara protectora
- Es aconsejable proporcionar natación gratuita solo con reserva (por día y horario) y, en cualquier caso, un número cerrado que garantiza el cumplimiento de las distancias de seguridad mediante una vigilancia adecuada considerando 4 m<sup>2</sup> por persona.
- Organice las rutas de entrada y salida de los estudiantes desde el nivel de la piscina para respetar siempre regla de distanciamiento social.

#### > Aspectos didácticos

- La actividad se lleva a cabo con el instructor fuera del agua que dirige el curso con un número reducido de estudiantes y dotados de varilla flexible para ser utilizada como soporte y soporte para nadadores.
- Actividad de natación para adultos o La actividad se lleva a cabo con el instructor fuera del agua que dirige el curso con un número reducido de usuarios y dotados de varilla flexible para ser utilizada como soporte y soporte para nadadores. Relaciones agua/estudiante e instructor/estudiantes: como arriba.
- Creación de un sistema de entrada a la piscina para que cuando los usuarios salgan, la entrada de la piscina se realice alternativamente.
- Suspensión temporal del uso gratuito o creación de un tiempo específico para este uso con cita previa, siempre que haya restricciones asociadas con el control de la pandemia, con un número máximo de usuarios/calles de 4 personas.

### III- recomendaciones adicionales

1. Lávate las manos con frecuencia. Se recomienda poner a disposición en todos los lugares públicos, gimnasios, supermercados, farmacias y otros lugares de reunión, soluciones hidroalcohólicas para el lavado de manos;



2. Evitar el contacto cercano con personas que sufren infecciones respiratorias agudas;
3. Evitar abrazos y apretones de manos;
4. La distancia interpersonal es de mínimo 1,5 metros e idealmente 2 metros y la densidad de ocupación no debe superar una persona cada 2.25 metros cuadrados.
5. Mantener, en los contactos sociales, una distancia interpersonal de al menos un metro;
6. Practique la higiene respiratoria (estornudar y / o toser con un pañuelo evitando el contacto de las manos con el secreciones respiratorias);
7. Evitar el uso compartido de botellas y vasos, en particular durante las actividades deportivas;
8. No toque sus ojos, nariz y boca con sus manos;
9. Cúbrase la boca y la nariz si estornuda o tose;
10. Limpiar las superficies con desinfectantes a base de cloro o alcohol;
11. Se recomienda encarecidamente en todos los contactos sociales utilizar la protección respiratoria como medida adicional a otras medidas de prevención de saneamiento individuales.
12. No beba de la misma botella / botella / vaso en la carrera o en el entrenamiento, siempre usando vasos desechables o una botella nominal o personalizada, y no intercambiar con el acompaña a otros artículos (toallas, albornoces, etc.).
13. Evite consumir alimentos en los vestuarios.
14. Ponga artículos personales y ropa en sus bolsos o armarios, evitando dejarlos expuestos en los vestuarios o en cestas comunes
15. Tirar inmediatamente en los contenedores apropiados pañuelos de papel u otros materiales usados como yesos, vendas, etcétera.
16. Lávese bien las manos con la mayor frecuencia posible: el lavado y la desinfección de manos son decisivos para prevenir la infección. Las manos deben lavarse durante al menos 20 segundos y luego habiéndolos enjuagado bien, deben secarse con una toalla desechable; si no están disponibles jabón y agua, también se puede usar un desinfectante para manos a base de alcohol al 60%.
17. Evite, tocar el grifo antes y después de lavarse las manos, pero use toallitas desechables para abrirlo y cerrarlo.
18. Fomentar el uso de dispensadores automáticos con soluciones de limpieza desinfectantes adecuadas, tanto en los vestuarios, Ambos en los baños.



19. Solicite un monitoreo constante de los parámetros químicos (cloro o otras soluciones desinfectantes) y parámetros físicos (incluyendo pH o temperatura).
20. Los atletas/usuarios que muestran síntomas obvios de una infección respiratoria continua y / o fiebre deben abandonar inmediatamente al resto del equipo, y posiblemente aislarse, y notificar al médico social en equipos profesionales o el director médico de la centro o federación.
21. Consulte a los atletas y al personal de la compañía si ha habido contactos en primera persona o dentro del propio entorno familiar con personas que regresan de áreas de riesgo o en cuarentena.
22. Se recomienda la apertura secuencial de los grifos de duchas, fuentes, lavapiés, bar y servicios, dejando correr el agua para que se renueve toda la que había quedado retenida en las tuberías.

#### **IV- Consideraciones adicionales de piscinas y en aguas abiertas**

La Organización Mundial de la Salud declaró a COVID-19 una pandemia el 11 de marzo de 2020. Mientras el mundo lucha por manejar los efectos de este devastador nuevo coronavirus, hay muchos desafíos y preguntas emergentes que ahora se están planteando. Para nuestra comunidad acuática, inquietudes con respecto a la calidad y seguridad del agua tanto en la piscina como el entorno de aguas abiertas son primordiales. Hay muchas preguntas sin respuesta, por lo que aquí tenemos un breve resumen de lo que la comunidad médica / científica ha podido proporcionar hasta este punto

##### **> Agua potable**

Actualmente no hay evidencia de que COVID-19 pueda transmitirse a través de Agua potable contaminada. El riesgo se considera bajo en áreas con plantas de tratamiento de aguas centralizada. Si esto no está disponible, entonces técnicas como la ebullición (hervir el agua), radiación solar, la radiación UV, los aditivos de cloro se consideran estrategias efectivas.

##### **>Piscinas**

COVID-19 tiene una membrana externa lipídica frágil y, por lo tanto, es altamente susceptible a jabones y oxidantes, como el cloro. De acuerdo con el Centro de Enfermedades y Control (CDC), no hay evidencia de que COVID-19 pueda transmitirse a los humanos a través del uso de piscinas, jacuzzis o spas. El mantenimiento adecuado, desinfección con cloro o bromo de las piscinas deberían inactivar el virus (CDC 2020). Un Coronavirus relacionado se que causó la epidemia de SARS en 2003, se puede inactivar estaba por tratamiento UV y desinfectantes.



Del mismo modo, los Centros de Control y Prevención de Enfermedades del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU. descartan que las piscinas sean un medio propicio para la transmisión del virus COVID-19: “No hay evidencia de que COVID-19 pueda propagarse a los humanos a través del uso de piscinas, jacuzzis o balnearios, o áreas de juego acuáticas. El funcionamiento, mantenimiento y desinfección adecuados (por ejemplo con cloro y bromo) de piscinas, jacuzzis o balnearios, y áreas de juego acuáticas deberían inactivar el virus que causa COVID-19.” Centros de Control y Prevención de Enfermedades, Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU., 3 de abril de 2020.

Otro informe es el publicado por el Grupo de Asesoramiento y Tratamiento de Agua de Piscinas (Pool Water Treatment Advisory Group), una organización de membresía no comercial independiente y con sede en el Reino Unido, dedicada a elevar los estándares en el tratamiento de aguas de piscinas. En el mismo, expresa: “Lo hemos verificado con nuestra dirección nacional, la cual confirma que el coronavirus se desactivaría con los niveles de cloro utilizados en el agua de las piscinas. El agua y el cloro que hay dentro de las piscinas ayudan a matar el virus”. Así mismo anima a los administradores y dueños de piscinas a que implementen medidas de higiene para garantizar la seguridad de los nadadores, lo cual incluye analizar el PH del agua y los niveles de los desinfectantes de la piscina con frecuencia, hacer análisis bacterianos del agua y cumplir con las directrices del Código de Prácticas de PWTAG.

#### > Aguas abiertas

COVID-19 puede permanecer viable, posiblemente infeccioso en fuentes de agua dulce como lagos y ríos, particularmente si las aguas residuales crudas ingresan directamente a estas aguas. Dado que la dilución afecta, el riesgo se evalúa como bajo. (Fundación de Investigación del Agua). En este punto no ha habido confirmación de que el virus sea viable en el agua de mar. El consenso general es que el riesgo de transmisión es bajo. Ha habido especulación sobre el riesgo potencial de infección con aerosol de agua marina. Estas preocupaciones se plantearon por primera vez en 2009 tras el brote de SARS-CoV de 2003. Otras investigaciones de esta teoría se han iniciado en la Institución Scripps de Oceanografía.

## V- Conclusión

La presentación de este documento esencialmente, tiene como objetivo aumentar la conciencia de los organismos correspondientes sobre el problema que trae aparejado para nuestro deporte que va desde:

a) Aspectos deportivos, ya que la natación y las demás disciplinas acuáticas son deportes que no pueden encontrar procesos de entrenamiento alternativos para reemplazar el uso de la piscina. Vale la pena recordar que, si solo fuera posible viabilizar la práctica deportiva asociada al alto rendimiento, esto solo no permitiría la viabilidad económica de las piscinas, lo que conduciría a un cierre probable y masivo de las instalaciones si el cierre se prolonga.



- b) Aspectos económicos, ya que existe un número cada vez más importante de profesionales cuya única fuente de ingresos es el resultado de su actividad como técnicos de natación y sus diferentes disciplinas, mantenimiento de piscinas, entrenadores y responsables de todos los servicios necesarios para el funcionamiento de las disciplinas.
- c) Aspectos relacionados con la promoción de la actividad deportiva y el ejercicio físico. La piscina es un espacio deportivo privilegiado para mantener la actividad física para un espectro muy amplio de la población en los grupos de edad más diversos, desde la primaria infancia hasta la vejez.
- d) Por último, es nuestra intención que, con el amparo de la autorización de la Secretaria de Deporte y Turismo de la Nación, el ENARD y el Comité Olímpico Argentino, puedan considerar la reapertura de estas instalaciones, enmarcadas en el proceso gradual de reanudar las actividades de acuerdo con el levantamiento de las restricciones inherente a la implementación que el Estado Nacional realice al respecto.

Fernando Terrilli  
Presidente CADDA