



PROTOCOLO PARA LA PREVENCIÓN DE CONTAGIOS POR COVID EN LOS ENTRENAMIENTOS DEL CLUB TAEKWONDO ALGETE

Versión 2.0 / 20 de septiembre de 2021

ÍNDICE

- 1. INTRODUCCIÓN**
 - 1.1. Objeto
 - 1.2. Alcance
 - 1.3. Abreviaturas
- 2. ANTECEDENTES**
- 3. NORMATIVA**
- 4. PERFIL TÉCNICO DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA DEL TAEKWONDO**
- 5. EVALUACIÓN DEL RIESGO ANTE COVID EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA DEL TAEKWONDO**
- 6. MEDIDAS PREVENTIVAS A ADOPTAR EN LOS ENTRENAMIENTOS DEL CLUB TAEKWONDO ALGETE**
- 7. PROTOCOLO DE ACTUACIÓN EN CASO DE COVID POSITIVO**

1. INTRODUCCIÓN

El Club Taekwondo Algete como club asociado a la Federación Madrileña de Taekwondo, siguió el protocolo establecido por la misma y aprobado por la Dirección General de Infraestructuras y Programas de Actividad Física y Deporte en fecha 11 de septiembre de 2020.

Este protocolo tiene como finalidad establecer y definir el marco técnico de desarrollo de los entrenamientos con el objetivo de garantizar la salud de todo el colectivo participante.

1. 1 OBJETO

El objeto del presente documento es definir y planificar las medidas a tomar durante el desarrollo de los entrenamientos del Club Taekwondo Algete para evitar el contagio por el virus SARS-CoV-2.

1. 2 ALCANCE

Instalación deportiva donde se entrenará, en principio, el Pabellón del CEIP OBISPO MOSCOSO, los deportistas, los entrenadores y resto de personal del CLUB. Se utilizaría también el Pabellón del CEIP MUÑOZ SECA, en el caso que fuera necesario el desdoblamiento de clases por exceso de aforo, por lo que todo lo aplicable al CEIP OBISPO MOSCOSO también sería aplicable en el otro pabellón.

1. 3 ABREVIATURAS

- CLUB: Club Taekwondo Algete
- FMTKD: Federación Madrileña de Taekwondo
- SPRL: Servicio de Prevención de Riesgos Laborales
- SARS-CoV-2 : Coronavirus
- LPRL: Ley de Prevención de Riesgos Laborales
- COVID-19: Coronavirus

2. ANTECEDENTES

Los coronavirus son una amplia familia de virus que normalmente afectan sólo a animales. Algunos tienen la capacidad de transmitirse de los animales a las personas. El SARS-CoV-2 es un nuevo tipo de coronavirus que puede afectar a las personas. Tal y como señala el Ministerio de Sanidad en relación con la protección de las personas con riesgo de exposición al nuevo coronavirus, hay que tener en cuenta una serie de premisas:

- El coronavirus es un virus desconocido anteriormente en la patología humana. Existe un elemento de incertidumbre en cuanto a la evolución en el ciclo de vida del patógeno, así como en las posibles repercusiones en la salud de aquellas personas afectadas.

- Las medidas de aislamiento y distanciamiento constituyen la primera barrera de protección tanto para la persona afectada como para las restantes susceptibles de contacto.
- Extremar las medidas de higiene personal en todos los ámbitos y circunstancias, es la medida más eficaz para prevenir los contagios por enfermedades infecciosas. Con carácter general y a excepción de aquellas actividades en las que existan riesgos específicos relacionados con la exposición a agentes biológicos, deben aplicarse los deberes ordinarios de protección establecidos en la normativa de prevención de riesgos laborales y siguiendo las instrucciones de las Autoridades Sanitarias (Ministerio de Sanidad, Consejería de Salud de la CAM...)
- El deber de protección del CLUB al amparo de la LPRL, implica que éste debe garantizar la seguridad y la salud de los entrenadores a su servicio y de sus deportistas.
- Es posible que el CLUB pueda verse afectado por las medidas de salud pública que en cada momento sean aconsejadas o prescritas por las Autoridades Sanitarias en función del nivel de alerta pública (medidas higiénicas, de comportamiento, limpieza, etc).

3. NORMATIVA

- Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales.
- Procedimiento de actuación de para los Servicios de Prevención de Riesgos Laborales frente a la Exposición al SARS-CoV-2 de 30 de abril de 2020.
- Guía para la actuación en el ámbito laboral en relación al nuevo coronavirus del Ministerio de Trabajo y Economía Social.
- Orden 668/2020, de 19 de junio, de la Consejería de Sanidad, por la que se establecen las medidas para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19 una vez finalizada la prórroga del estado de alarma establecido en RD 555/2020 de 5 de junio.
- Orden 997/2020, de 7 de agosto, de la Consejería de Sanidad por la que se modifica la Orden 668/2020.
- Orden 1047/2020, de 5 de septiembre, de la Consejería de Sanidad por la que se modifica la Orden 668/2020.
- Orden 1177/2020, de 18 de septiembre, de la Consejería de Sanidad por la que se modifica la Orden 668/2020.

- Orden 1178/2020, de 18 de septiembre, de la Consejería de Sanidad por la que se adoptan medidas específicas temporales y excepcionales de por razón de salud pública para la contención del COVID-19.

4. PERFIL TÉCNICO DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA DEL TAEKWONDO

El Taekwondo es un arte marcial con dos modalidades deportivas. La primera modalidad es la modalidad de técnica fundamental o Poomsae y la segunda es la competición olímpica de combate.

La modalidad de técnica fundamental o Poomsae, es una actividad deportiva de carácter individual, sin contacto con otras personas, donde no se utiliza materiales ni elementos externos de entrenamiento para su realización. El aprendizaje o práctica deportiva se basa en imitar los movimientos del profesor y en la corrección de los mismos al deportista por parte del profesor. La programación del entrenamiento requiere un calentamiento previo que normalmente se realiza en el sitio mediante un circuito de estaciones.

La modalidad deportiva de combate, es una actividad deportiva tanto en el entrenamiento como en la competición de contacto pleno. Tradicionalmente la programación deportiva de combate ha estado diseñada, como eje fundamental, en el trabajo por parejas. Este trabajo consiste, fundamentalmente, en el desarrollo de técnicas y tácticas de combate cuyo instante último es el contacto e impacto de la acción mandatada, en donde la cercanía y el contacto con el otro deportista es absoluto. De igual modo, en esta modalidad deportiva la utilización de material de entrenamiento, como golpeadores, sacos, petos, cascos y protecciones, es obligatoria y habitual.

5. EVALUACIÓN DEL RIESGO ANTE COVID EN LA PRACTICA DEPORTIVA DEL TAEKWONDO

Para una correcta identificación de las potenciales situaciones de riesgo de contagio por coronavirus SARS-CoV-2 en la práctica deportiva de las distintas modalidades de taekwondo, es necesario establecer el grado de exposición al riesgo durante el desarrollo de la práctica deportiva, y tomaremos como referencia el RD 664/1997, de 12 de mayo, sobre protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos durante el trabajo, y al procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al nuevo coronavirus SARS-CoV-2 del Ministerio de Sanidad del 30 de abril de 2020.

Se entiende por:

- Exposición de riesgo: aquellas situaciones en las que se puede producir un contacto estrecho con un caso confirmado de infección por el SARS-CoV-2 sintomático.
- Exposición de bajo riesgo: aquellas situaciones en las que la relación que se pueda tener con un caso probable o confirmado no incluye contacto estrecho.
- Baja probabilidad de exposición: trabajadores que no tienen atención directa al público o, si la tienen, se produce a más de 2 metros de distancia, o disponen de medidas de protección colectiva que evitan el contacto.

Se entiende por “contacto estrecho”:

- Cualquier persona que haya proporcionado cuidados mientras el caso presentaba síntomas: trabajadores sanitarios que no han utilizado las medidas de protección adecuadas, miembros familiares o personas que tengan otro tipo de contacto similar
- Convivientes, familiares y personas que hayan estado en el mismo lugar que un caso mientras el caso presentaba síntomas a una distancia menor de 2 metros durante un tiempo de al menos 15 minutos.

En consecuencia y sin la aplicación de medidas preventivas, el análisis y calificación del riesgo de las distintas modalidades deportivas de taekwondo lo calificamos de la siguiente manera:

- Técnica Fundamental o POOMSAE: la práctica deportiva es individual, sin contacto físico con otras personas y la distancia interpersonal está en los 2 metros. Por otra parte, no necesita ningún equipamiento deportivo para su realización. Por todo lo anterior, esta modalidad deportiva se puede calificar de BAJA PROBABILIDAD DE EXPOSICIÓN.
- Modalidad Olímpica de Combate: la práctica deportiva ordinaria es de contacto e impacto. De manera regular se practica por parejas y no se cumpliría la distancia interpersonal de seguridad. Por otra parte, y de manera habitual, se utiliza equipamiento deportivo de distinta índole para la consecución de los objetivos técnicos. Por todo lo anterior, esta modalidad deportiva se puede calificar de EXPOSICIÓN DE RIESGO.

6. MEDIDAS PREVENTIVAS A ADOPTAR EN LOS ENTRENAMIENTOS DEL CLUB TAEKWONDO ALGETE

Con el fin de minimizar el riesgo a contagio por coronavirus SARS-CoV-2 en la práctica deportiva del taekwondo, y una vez evaluado el riesgo, y siguiendo las medidas preventivas que impone la Orden 997/2020, de 7 de agosto, de la Consejería de Sanidad y a la Orden 1047/2020, de 5 de septiembre, de la Consejería de Sanidad, y de la Federación Madrileña Taekwondo proponemos las siguientes actuaciones:

INSTALACIONES

Esta temporada la instalación cedida por el Ayuntamiento de Algete al Club Taekwondo Algete, es el pabellón deportivo del CEIP OBISPO MOSOCSO. Se trata de un pabellón cubierto de aproximadamente 300 m², sin ventilación mecánica y que consta de 3 entradas, una por el vestuario masculino (izquierda), otra por el femenino (derecha) y otra de acceso general (centro-condenada).

- Los horarios de los entrenamientos serán los lunes y miércoles de 16:30 a 20:30 horas, divididos en tres grupos, de 16:30 a 17:30; de 18:30 a 19:30; y de 19:30 a 20:30.
- Durante todos los entrenamientos las 2 puertas de la instalación permanecerán abiertas para que el pabellón tenga una ventilación natural.
- La entrada al pabellón siempre se realizará por el vestuario masculino y la salida por el femenino.
- Señalética de la circulación dentro de la instalaciones, entrada y salida de las instalaciones de deportistas y personal del CLUB.
- Implementación de servicio de recogida de los niños que se quedan a comedor en el CEIP OBISPO MOSOCSO a las 16:00 horas, por personal del CLUB, tanto de infantil como de primaria que asistan a primera hora, para que se puedan cambiar de ropa y poder entrenar.
- El resto de los deportistas serán recogidos por personal del CLUB en la puerta principal del colegio. Una vez finalizada la clase, los padres/familiares recogerán a los deportista en la puerta principal del colegio, sin acceder al recinto.
- Los entrenamientos tendrán una duración de 50 minutos.
- Finalizada la jornada GESERAL procederá a su limpieza y desinfección.

En caso de utilización del pabellón CEIP MUÑOZ SECA serían los martes y jueves en horario de 16:30 a 18:30, siendo aplicable las mismas medidas que en CEIP OBISPO MOSCOSO, excepto en el protocolo de recogida de los niños que se quedan a comedor, que en este otro colegio no lo implementaríamos.

ENTRENAMIENTO ADAPTADO

La medidas y actividades preventivas a implementar serán las siguientes:

- Control de acceso a las instalaciones, sólo podrán acceder los deportistas y el personal del CLUB. Los acompañantes de los deportistas permanecerán fuera del recinto del colegio. En el caso de los menores de edad, la entrada y la salida de la instalación, se hará acompañado por personal del CLUB que recogerá a los deportistas a la entrada del colegio y, guardando la distancia de seguridad, les acompañarán hasta el pabellón. Una vez finalizada la práctica deportiva el personal del CLUB entregará al deportista a sus padres o tutores.
- Control de temperatura en el acceso a la instalación deportiva (máximo 37° C).
- Estaciones de limpieza (alfombra y gel hidroalcohólico) en la entrada y en la salida de la instalación.
- Una vez finalizada la práctica deportiva, no se podrá permanecer en la instalación.
- Se deberá inhabilitar las fuentes de agua o cualquier otro sistema que conlleve riesgos y promover el uso individual de botellas.
- Habilitación y señalización de espacios para dejar mochilas y enseres personales durante el entrenamiento y desinfección de los mismos después de cada turno.
- Se deberá disponer de papeleras, a ser posible con tapa y pedal, en la que depositar pañuelos y cualquier otro material desechable.
- A la finalización de cada turno se procederá a la limpieza de las zonas comunes y, en cada turno, se deberá limpiar y desinfectar el material compartido después de cada uso.
- Uso obligatorio de mascarilla en toda la instalación y durante el entrenamiento.
- Los grupos máximos de entrenamiento serán de 25 personas siempre que no se supere el 75% del aforo. Todos los grupos de entrenamiento se subdividirán en 2 subgrupos.

- Limpieza de las equipaciones (dobock) mediante ciclos de lavado ente 60° y 90° C.
- Señalización perimetral del suelo en “cápsulas individuales” de entrenamiento de 1,5 m², con la garantía de una distancia interpersonal de seguridad de 3 metros lineales entre deportistas.
- Se recomienda que el deportista lleve toalla personal y botella de agua y depositarla dentro de la cápsula de entrenamiento, no permitiéndose la entrada de comida en el pabellón.
- Los hidrogeles u otros desinfectantes se deberán utilizar antes del inicio de las clases, durante y a la finalización de éstas.
- No se utilizará el tatami, por lo que es conveniente que los deportistas vayan provistos de un calzado específico para entrenar o en su defecto calcetines, nunca el calzado de calle.
- Informar a los entrenadores, deportistas y a su entorno familiar de todos los protocolos y planes de actuación que se desarrollen, tanto de manera personal como a través de la página web del CLUB.
- Programar circuitos de ejercicios físicos para el calentamiento dentro de la cápsula individual de entrenamiento sin contacto físico con otros deportistas.
- Priorización de la práctica de Técnica Fundamental o Poomsae.
- La programación técnica de contacto entre deportistas será sustituida por una programación técnica con material tipo mits, palmetas, paos, sacos y muñecos. Posteriormente los deportistas deberán desinfectarse las manos con gel hidroalcohólico. No habrá contacto físico entre los deportistas.
- Acortar la duración de las clases a 50 minutos y garantizar un intervalo de tiempo mínimo de 10 minutos, donde se garantice la salida y entrada ordenada de los deportistas del pabellón.

7. PROTOCOLO DE ACTUACIÓN EN CASO DE COVID POSITIVO

Es importante que en caso de faltar a un entrenamiento los padres del deportista en el caso de los menores y el propio deportista en el caso de los adultos, avise por privado al entrenador (no grupos de Whastapp) e indicar la razón de la ausencia. Si ésta se produjera por enfermedad con síntomas de febrícula o fiebre, tos persistente, dificultad para respirar, falta de olfato y/o de gusto, dolores musculares generalizados.. o cualquier otros síntomas

compatibles con COVID-19 es muy importante seguir las indicaciones que aconsejan las autoridades sanitarias e informen en todo momento al entrenador, siempre por privado, nunca por grupos.

El protocolo de actuación ante personas con COVID-19 positivo sería el siguiente:

- El responsable nombrado por el Club contactará con el teléfono COVID-19 de la Comunidad de Madrid (900 102 112) notificando la incidencia y proporcionando la información necesaria del lugar y la persona afectada, llevando a cabo las acciones que le indiquen. Esta acción es prioritaria y debe ser coordinada obligatoriamente con Salud Pública de la Comunidad de Madrid.
- La persona afectada debe de estar disponible para las evaluaciones médicas que sean necesarias y tiene que ser capaz de aplicar de forma correcta y consistente las medidas básicas de higiene, prevención y control de la infección. Los servicios sanitarios proporcionarán a los afectados todas las indicaciones necesarias.
- Se deberá llevar a cabo el aislamiento de la persona afectada o afectadas por una persona del CLUB hasta su traslado. Deberá dirigirse a un espacio donde permanecerá sola, asegurando medidas básicas como una buena ventilación.
- Se iniciarán las actividades de identificación preliminar de los contactos estrechos, a través de los datos de registros diarios e incidencias, formulario de matrícula,..Se deberá respetar para ello la LOPD.
- Cualquier persona que sea identificada como contacto estrecho deberá ser informada y se iniciará una vigilancia activa o pasiva, siguiendo los protocolos sanitarios establecidos.
- La persona afectada o afectadas, una vez cumplimentado las acciones de identificación de contacto estrecho y comunicado a la autoridad sanitaria, deberá abandonar, cumpliendo las medidas de autoprotección básica, la instalación deportiva.
- En caso de suspensión de la actividad por cierre de la instalación deportiva por parte de la Autoridad Sanitaria, el responsable del Club informará a todos los deportistas y padres en el caso de los menores, de lo ocurrido.

Con el fin de facilitar el cumplimiento de todas las medidas de prevención de la COVID-19 propuestas en este protocolo, el Club Taekwondo Algete nombrará a una persona como responsable que controlará todas las medidas propuestas

en el presente protocolo y que será la encargada de colaborar con las autoridades sanitarias en la detección precoz de todos los casos compatibles con COVID-19 y sus contactos, para controlar la transmisión.

El Club Taekwondo Algete tendrá a su disposición todos los medios para cumplir este protocolo.

Todas estas medidas podrán ser modificadas, adaptándose en cada momento a las circunstancias sanitarias requeridas por las autoridades sanitarias.

