



FEDERACIÓN CANARIA DE RUGBY



PROTOCOLO PARA EL SEGUIMIENTO DE LAS MEDIDAS DE HIGIENE Y DISTANCIA REQUERIDAS PARA LA PREVENCIÓN DE LA COVID-19

FEDERACIÓN CANARIA DE RUGBY

Correo electrónico:

fcr@canariasrugby.com

Sitio web:

<http://canariasrugby.com>

Teléfonos:

647439519 -

620190312

TABLA DE CONTENIDO

1. INTRODUCCIÓN	3
2. OBLIGACIONES GENERALES	3
2.1. Obligaciones de cautela y protección	3
2.2. Distancia de seguridad interpersonal	4
3. MEDIDAS HIGIÉNICAS BÁSICAS	5
3.1. A nivel familiar y social:	5
3.2. A nivel de entrenamientos:	6
4. MEDIDAS PARTICULARES	7
4.1. Instalaciones y/o espacios deportivos.	7
4.1.1. Responsabilidades.	8
4.1.2. Organización.	8
4.1.3. Condiciones de las instalaciones deportivas o zonas acotadas por la organización en otros espacios deportivos.	8
4.1.4. Limpieza y desinfección.	9
5. PLAN DE DESESCALADA	10
6. NORMATIVA Y DOCUMENTACIÓN DE REFERENCIA	13

CONTROL DE CAMBIOS		
Revisión	Fecha	Motivo del cambio
01	12/09/2020	Elaboración inicial

1. INTRODUCCIÓN

Esta Guía pretende servir de ayuda a los Clubes de Rugby canarios en relación a la pandemia COVID-19 y guiar un retorno seguro a las actividades del rugby. En la primera parte se dan unas recomendaciones para el retorno adecuado a la actividad deportiva. En la segunda parte desarrollamos, según el cronograma proporcionado por el Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social, a través de la Federación Española de Rugby, las distintas fases del retorno a la práctica del Rugby. Dadas las circunstancias actuales este documento podría ser actualizado de forma periódica ya que nos encontramos en una evolución de cambios permanentes.

2. OBLIGACIONES GENERALES

2.1. Obligaciones de cautela y protección

El Protocolo y las reglas básicas que se derivan del mismo están sustentados en el principio de “autorresponsabilidad”.

La responsabilidad de cada uno de los participantes en el desarrollo de la competición es individual, siendo el deber de la FCR la supervisión de su cumplimiento, y de esta o de los clubes, según proceda, su aplicación, debiendo extenderse la necesidad/obligación de control a organizadores, clubes y entidades participantes pertenecientes a los diferentes colectivos o estamentos.

Además de considerarse una obligación esencial, debemos incluir dentro del principio de “autorresponsabilidad” la comunicación inmediata y precoz ante cualquier indicio de posibles síntomas sospechosos de la infección del COVID-19, la adopción de medidas de aislamiento inmediato y la no presencia individual en entrenamientos o competiciones cuando se tenga sospecha de estar infectado o se haya estado en contacto con alguna persona de la que hubiera sospechas de estar infectada.

Las personas y clubes que se integran en la actividad deportiva federada se sujetan **voluntaria y libremente** a las normas que fijan las autoridades.

En el deporte de competición la distancia mínima social no se da ni puede darse, y esto implica un riesgo de contagio mayor, que es asumido **voluntaria y libremente** por los participantes en la competición.



2.2. Distancia de seguridad interpersonal

En general, el distanciamiento social se considera la forma más eficaz de reducir al mínimo el riesgo de transmisión de la enfermedad, junto con las buenas prácticas de higiene, como el lavado regular de manos.

En todas las actividades, se recomienda respetar en todo momento un distanciamiento social de 1,5 metros entre los deportistas o participantes, al igual que entre los que no están en el terreno/pista de juego.

Se deben aplicar medidas estrictas de distanciamiento entre los deportistas y los demás grupos de personas que se encuentren en la instalación o espacio deportivo en la que se desarrolle la competición.

Es obligatorio que todos los deportistas y resto de integrantes de los equipos (técnicos, auxiliares, equipos arbitrales, etc.) utilicen las mascarillas mientras no estén dentro de la zona de entrenamiento.

El personal técnico, monitor o entrenador debe mantener una distancia de seguridad interpersonal en las instalaciones o, en su ausencia, usar una mascarilla.

Es obligatorio el uso correcto de la mascarilla, debiendo cubrir, durante todo el tiempo, la nariz y la boca completamente. Asimismo, deberá estar adecuadamente ajustada a la nariz y a la barbilla.



3. MEDIDAS HIGIÉNICAS BÁSICAS

Recomendaciones para los participantes, los miembros de los equipos y delegaciones deportivas:

3.1. A nivel familiar y social:

- Cumplir con el distanciamiento social.
- Evitar muestras de afecto y cariño que impliquen contacto físico con terceros ajenos al ámbito de convivencia habitual susceptibles de pertenecer a un grupo de riesgo.
- Reducir el número de contactos al círculo habitual y disminuir el número de personas en reuniones sociales (recomendable menos de 10 personas).
- Uso de la mascarilla individual obligatoria en todo momento.
- Mantener una exquisita higiene de manos con lavados frecuentes con agua y jabón de manera correcta.
- Uso de soluciones hidroalcohólicas si el lavado de manos con agua y jabón no es posible.
- Evitar tocarse con las manos los ojos, nariz y boca.
- Si sufriera de estornudos, o tos, apartarse de cualquier persona y taparse con el brazo, aun llevando mascarilla, o usar pañuelos desechables, con lavado de manos posterior
- Sustituir la mascarilla si está humedecida.
- Extremar la prudencia en lugares públicos concurridos, guardando la distancia de 1,5-2 metros.
- Evitar, en tanto en cuanto no mejore la situación sanitaria, locales públicos donde el cumplimiento de las medidas preventivas puede resultar más difícil de cumplir.
- Mantener una comunicación fluida con convivientes y contactos estrechos por si surgiera algún contagio no deseado.



3.2. A nivel de entrenamientos:

Todo lo anterior de la esfera individual y, además:

- Mantener un flujo unidireccional que evite el cruce con otras personas.
- Guardar la distancia mínima en el vestuario o espacio habilitado para tal fin.
- Cambiar, y si no fuera posible limpiar, el calzado de calle con el que se accede a las instalaciones deportivas.
- No utilizar nunca el mismo calzado utilizado en la calle para disputar la competición y/o entrenamientos. Obligatorio el cambio de calzado.
- Mantener la higiene de manos al ir a cambiarse.
- Colocar la ropa de calle en una bolsa y tocarla exclusivamente por el interesado. No dejar la ropa de calle colgada en el vestuario o espacio habilitado. Guardarla toda ella dentro de una bolsa.
- Las bolsas, mochilas o efectos personales sólo se pueden dejar en los espacios provistos para este propósito.
- Usar en cada sesión de entrenamiento o competición ropa limpia, recogiendo y lavando toda la usada.
- Colaborar en la limpieza y desinfección de todo el material utilizado para el desarrollo de la actividad deportiva.
- En situaciones de ejercicio físico, la distancia aconsejada cuando existen momentos de hiperventilación (respirar mayor número de veces y con una mayor intensidad) sería de 5-6 metros con los compañeros.
- Después de finalizar los entrenamientos se debe evitar coincidir con otros participantes, estableciendo un margen de tiempo suficiente para realizar las tareas de limpieza o desinfección.
- No compartir bebidas, ni botellas de agua, así como todos aquellos utensilios de uso personal (móvil, tablets, bolsas de deporte, etc.).



- Establecer una secuenciación en la programación de las sesiones: desde individual física, técnica, mini grupal física, técnica, táctica, a pequeños grupos física, técnica, táctica, hasta poder entrenar todo el grupo, sin contacto y, cuando la situación lo permita, con él.
- Mantener un estricto control médico de cada deportista.

4. MEDIDAS PARTICULARES

4.1. Instalaciones y/o espacios deportivos.

Todas las instalaciones o espacios deportivos donde deban desarrollarse los entrenamientos y/o competiciones deberán seguir los protocolos de apertura y/o uso establecidos por las autoridades competentes, ya sean de ámbito estatal, autonómico o local.

Los clubes deberán enviar al inicio de sus actividades (o desde el momento de entrada en vigor de este Protocolo) a la FCR una declaración responsable donde se asegurará el cumplimiento de los requisitos normativos fijados por la Dirección General de Deportes del Gobierno de Canarias.

Lo mismo deberá hacer desde el momento en que hubiera una modificación de las normas aplicables a las instalaciones y/o espacios deportivos y en el plazo máximo de 48 horas desde la entrada en vigor de la nueva normativa.

Deberán someterse también a las normas estatales, autonómicas o, en su caso, locales, las condiciones de seguridad y policiales que resulten necesarias para la organización de la competición y la supervisión de la seguridad en las instalaciones y/o espacios deportivos.

Todas las instalaciones y/o espacios deportivos deberán contar con la señalética marcada por la normativa sanitaria y/o de espectáculos públicos, debiendo existir carteles informativos con las medidas higiénicas generales en todo el recinto.

El cumplimiento de los requisitos normativos de higiene y seguridad en las instalaciones y/o espacios deportivos se considera parte integrante de las exigencias técnicas para la autorización federativa de las mismas, por lo que, en caso de detectarse situaciones irregulares, puede suponer la retirada de la autorización para el uso de dichas instalaciones y/o espacios deportivos en competición oficial.



4.1.1. Responsabilidades.

El club o la entidad organizadora, bajo tutela federativa, será responsable de comprobar el adecuado cumplimiento de los protocolos de higienización y seguridad de las instalaciones por parte de su titular.

4.1.2. Organización.

La práctica de la actividad física **al aire libre**, puede llevarse a cabo individual o colectivamente, hasta un **máximo de 30 personas** simultáneamente, siempre que se mantenga la distancia de seguridad.

En **instalaciones cerradas** y centros deportivos, las actividades deportivas pueden realizarse en grupos de **hasta 25 personas**, asegurando que se mantiene la distancia de seguridad siempre que sea posible, priorizando la distancia frente a otras medidas, y siempre que no excedan las dos terceras partes de la capacidad máxima permitida.

Siempre que sea posible, garantizar que la duración del entrenamiento en el gimnasio y en el campo se mantenga al mínimo y, cuando sea posible, limitar las sesiones de entrenamiento en el campo a una vez al día.

Cuando sea posible, minimizar o, si fuera posible, eliminar las reuniones grupales.

Si, por las características de la actividad, no es posible mantener la distancia de seguridad ni el uso de mascarillas, se intentará **evitar el contacto físico directo** y se organizará de forma que los usuarios formen un **grupo estable** e identificado en todas las ocasiones (equipo) evitando su contacto con otros grupos.

4.1.3. Condiciones de las instalaciones deportivas o zonas acotadas por la organización en otros espacios deportivos.

El club, o la entidad responsable de la instalación, deberá garantizar que las instalaciones tengan:

- Cuando sea razonablemente posible, entradas y salidas separadas y claramente marcadas
- Puntos de desinfección de manos y/o de lavado y secado de manos, dedicados y claramente identificados (con productos y equipamiento adecuados) en cada entrada y salida, y también distribuidos en múltiples lugares de las instalaciones.



- Un stock adecuado de productos y equipamiento adecuados, por ejemplo, desinfectante de manos, agua, jabón antibacteriano y productos de limpieza, en especial para la desinfección del material utilizado.
- Controles apropiados sobre quién entra y sale de las instalaciones.
- Un sistema apropiado de registro de quién entra/sale de las instalaciones para ayudar a las autoridades de salud pública y/o gubernamentales en el seguimiento de contactos.
- Señalización adecuada (incluidos carteles) advirtiendo los peligros de la COVID-19, la necesidad de observar las recomendaciones pertinentes y el aforo máximo permitido.
- Instrucciones de uso de los servicios en vestuarios, zonas comunes, zonas de restauración y zonas de agua.

4.1.4. Limpieza y desinfección.

El club, o la entidad responsable de la instalación, deberá garantizar:

- Que las instalaciones se “limpien a fondo” al menos una vez cada 24 horas.
- Que áreas y equipamiento específicos que entren en contacto directo frecuente con personas (por ejemplo, pomos de las puertas, barras de puertas, teclados de puertas, sillas, apoyabrazos, superficies de las mesas, interruptores de luz, pasamanos, mecanismos de descarga de inodoros, canillas de agua, botones de ascensores, camillas y superficies de tratamiento médico, equipamientos de gimnasios, todo el equipamiento de rugby, meleros balones de rugby, teclados, ratones, monitores de pantalla táctil, tabletas y trackpads) se limpien a fondo con mayor frecuencia, cuando sea razonablemente posible después de cada contacto.
- Que, cuando sea posible, las puertas queden abiertas para limitar el uso de pomos, barras y teclados de puertas.
- Que al finalizar cada entrenamiento, y a la finalización de la jornada, se limpia y desinfecta el material utilizado por los deportistas.



5. PLAN DE DESESCALADA

Las fases de reincorporación a la actividad deportiva son establecidas por el Gobierno de España a través, en nuestro caso, de la Federación Española de Rugby, siendo este el que determinará las actividades deportivas que se podrán realizar en cada fase y las fechas en las cuales se realizarán.

Para las actividades y competiciones territoriales organizadas por la Federación Canaria de Rugby, se aplica el siguiente esquema:



**PLAN DE DESESCALADA PARA LA VUELTA A LA
COMPETICIÓN EN EL RUGBY ESPAÑOL**

NOVIEMBRE

DICIEMBRE

RUGBY SIN CONTACTO

**TODAS LAS FORMAS DE ENTRENAMIENTO
Y JUEGO A TOCAR CON DOS MANOS
PUEDEN REANUDARSE SIN NECESIDAD
DE DISTANCIAMIENTO FÍSICO
EN LOS CLUBS**

<p>Se permiten todas las formas de entrenamiento a tocar con dos manos en equipo, grupo o unidad.</p> <div style="text-align: center; font-size: 2em; color: green;">✔</div>	<p>Competiciones menores de 12 años → Reglamentación del juego de Tocado más 2 segundos</p>	<p>Reglamentación del juego de Tocado más 2 segundos</p>
<p>Competiciones menores de 18 años → Reglamentación del juego de Touch Rugby</p>	<p>Reglamentación del juego de Touch Rugby</p>	
<p>Competiciones senior federadas → Reglamentación del juego de Touch Rugby</p>	<p>Reglamentación del juego de Touch Rugby</p>	
<p>Competiciones División de Honor → Tres escenarios de inicio competición basado en las medidas de Sanidad</p>	<p>Tres escenarios de inicio competición basado en las medidas de Sanidad</p>	

Los Directores Técnicos de los Clubs mantendrán las medidas de localización de seguimiento con los jugadores

Este documento es ORIENTATIVO y dependerá de las directrices del Ministerio de Sanidad. Esta información está desarrollada el 11 de junio de 2020 y está sujeta a cambios. La FER continúa trabajando en estrecha colaboración con CSD y el Ministerio de Sanidad para proporcionar la información más actualizada para nuestros Clubs.



PLAN DE DESESCALADA PARA LA VUELTA A LA COMPETICIÓN EN EL RUGBY ESPAÑOL

ENERO



RUGBY CON CONTACTO

TODAS LAS FORMAS DE ENTRENAMIENTO Y JUEGO PUEDEN REANUDARSE SIN NECESIDAD DE DISTANCIAMIENTO FÍSICO EN LOS CLUBS

Se permiten todas las formas de competición



Se permiten todas las formas de entrenamiento en equipo, grupo o unidad



Todos los talleres de combate y contacto permitidos



Los Directores Técnicos de los Clubs mantendrán las medidas de localización de seguimiento con los jugadores

Este documento es ORIENTATIVO y dependerá de las directrices del Ministerio de Sanidad. Esta información está desarrollada el 11 de junio de 2020 y está sujeta a cambios. La FER continúa trabajando en estrecha colaboración con CSD y el Ministerio de Sanidad para proporcionar la información más actualizada para nuestros Clubs.



6. NORMATIVA Y DOCUMENTACIÓN DE REFERENCIA

- *Resolución de 10 de septiembre de 2020, por la que se dispone la publicación del Acuerdo por el que se aprueba la actualización de determinadas medidas de prevención establecidas mediante Acuerdo del Gobierno de 19 de junio de 2020, para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19, una vez superada la Fase III del Plan para la transición hacia una nueva normalidad, finalizada la vigencia de las medidas propias del estado de alarma. Boletín Oficial de Canarias núm. 187. 11 de septiembre de 2020.*
- *Protocolo de actuación para la vuelta de competiciones oficiales de ámbito estatal y carácter no profesional (Temporada 2020-2021). Consejo Superior de Deportes. Suscrito por todas las Comunidades Autónomas, Federación Española de Municipios y Provincias, Federaciones Deportivas Españolas, Asociación del Deporte Español, Comité Paralímpico Español, Comité Olímpico Español y otros interlocutores del deporte y organizadores de competiciones integrados en el Grupo de Tareas para el Impulso del Deporte del Consejo Superior de Deportes.*
- *GUÍA DE RECOMENDACIONES PARA LA VUELTA A LA COMPETICIÓN EN EL RUGBY ESPAÑOL DEBIDO A LA COVID-19. Federación Española de Rugby. Agosto 2020.*

