**ANEXO RESOLUCION**

**Protocolo Para Las Actividades Deportivas Y El Reinicio Gradual Y Controlado De Actividades Y Funcionamiento De Las Instalaciones de clubes de handball Confederación Argentina de Handball- Asociación Salteña de Handball a raíz del covid-19.**

# Finalidad

Establecer medidas preventivas para evitar la propagación del covid-19 en la reapertura de la actividad deportiva dentro del club, con el fin de garantizar la integridad física de todas las personas que participan de estas actividades.

Establecer normas que regulen el estricto cumplimiento de las actividades deportivas y administrativas en los sectores autorizados.

**Disposiciones generales**

En 2020 nos encontramos afectados mundialmente por la pandemia covid-19 la cual necesito medidas sanitarias de distanciamiento e higiene en todo el globo. La OMS (organización mundial de la salud) declaró el 11 de marzo del 2020 al nuevo coronavirus (covid-19) como una pandemia, lo que implica la propagación mundial de una nueva enfermedad.

El ministerio de salud de la nación ha difundido las correspondientes recomendaciones generales:

• adecuada higiene de manos: lavar frecuentemente las manos con agua y jabón o utilizar alcohol en gel, sobre todo antes de ingerir alimentos y bebidas, y luego del contacto con superficies en áreas públicas. Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.

• medidas de higiene respiratoria: al toser o estornudar, cúbrase la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo descartable; tire el pañuelo inmediatamente y lávese las manos con un desinfectante de manos a base de alcohol, o con agua y jabón.

• Desinfección de superficies: la contaminación de superficies y objetos es una de las vías más frecuentes de transmisión de las infecciones respiratorias. Se recuerda que diversas superficies deben ser desinfectadas regularmente, para minimizar el riesgo de transmisión por contacto, con agua y lavandina o alcohol al 70%.

• Ventilación de ambientes: asegurar que los ambientes cerrados sean ventilados en forma regular, durante unos minutos. Se recomienda que se asegure el recambio de aire mediante la apertura de puertas y ventanas que produzcan circulación cruzada del aire. Mantener la limpieza de los filtros de aire acondicionado.

• Otras recomendaciones: no compartir vasos, utensilios y/o mate. Evitar el contacto directo con personas con enfermedades respiratorias.

• Recomendaciones visuales: ubicar en lugares visibles y de acceso, la información sobre la adecuada higiene de manos y la apropiada higiene respiratoria o manejo de la tos ante la presencia de síntomas de una infección respiratoria.

La flexibilización progresiva de la cuarentena en la república argentina requiere que las distintas FN (federaciones nacionales) presenten un protocolo de medidas sanitarias para la reinserción del deporte siguiendo las medidas y a aprobar por las autoridades correspondientes.

**La confederación argentina de handball (CAH), a través del doctor Carlos Marino (medico selección argentina de handball) ha diseñado un protocolo de reincorporación por fases a la acción del handball en nuestro país. La asociación salteña de handball realizo un análisis del mismo y lo adopto de acuerdo a los factores, socioculturales, demográficos, económicos, estructurales y sobre todo a la situación actual de la pandemia covid-19 en toda la extensión de nuestra provincia.**

**Directivas para la práctica del handball en forma segura (covid-19)**

**Introducción**

Esta guía se encuentra dirigida a todos los equipos e instituciones que trabajan con el deporte handball en la extensión de la provincia cumpliendo la asociación salteña de handball con su función de regular el mismo deporte en la provincia, en esta ocasión también cumpliendo en proteger la salud de todas las personas que practican este deporte a los cuales se incita a respetar rigurosamente el distanciamiento social o distancia de seguridad.

Los distintos tipos de actividades deportivas están considerados de 3 riesgos en cuanto a contagio. El handball al ser un deporte de contacto extremo es considerado de **riesgo 3.**

La importancia y gran objetivo de este documento es siendo conscientes de la imposibilidad de conseguir el riesgo cero absoluto, es limitar al máximo la probabilidad de infección por covid-19 cuando se retorne a los entrenamientos y la posterior competición. El protocolo se divide en tres fases, todas diseñadas para una vuelta a la actividad con un estado de forma óptimo por parte de los deportistas en el momento de reanudar las competiciones y limitando en la medida de lo posible el riesgo de lesiones.

El reinicio de una actividad de competición no puede llevarse a cabo de un modo brusco desde una fase de desentrenamiento, dado que los riesgos de lesionas muestran aumentos entre un 50% y un 100% si no se respetan unas fases de preparación física previa al inicio de las competiciones. Las lesiones más frecuentes son las de tipo agudo, especialmente las musculares, pero no se deben olvidar lesiones articulares, entre ellas las ligamentosas que pueden comprometer la vida deportiva de una persona, será un eje transversal en las 3 fases en conjunto con la importancia de las medidas sanitarias a tomar.

**Protocolo apertura deporte de handball**

**Fase 1 entrenamiento individual o básico**

Recomendada por la confederación argentina de handball (CAH) muchos clubes de la ASH ya utilizan actualmente la fase 1 en la cual se produce un acompañamiento en preparación física y motivación a los deportistas dentro de sus domicilios, los entrenadores, técnicos preparadores intentan llegar con distintos planes de entrenamiento utilizando las tecnología de la información (tecnologías de la información y comunicación).

**Fase 2 entrenamiento colectivo**.

**Transporte**

Si procede de su casa, el deportista o personal preciso para la realización de la actividad deportiva acudirá al espacio de entrenamiento en la opción de movilidad que mejor garantice la distancia interpersonal de seguridad de aproximadamente 2 metros, llevando consigo, barbijo tapaboca, guantes de uso personal y material de desinfección personal.

**Particularidades**

**El handball es un deporte en continuo crecimiento y reorganización en nuestra provincia, un deporte donde la cultura y disciplina se encuentran bien marcadas y asegura un cumplimiento de las fases según lo dispongan las medidas en la cual nos encontremos.**

**Aspectos a tener en cuenta**

**Declaración jurada:** todas las personas que participen de los entrenamientos deberán realizar una declaración jurada en donde asegure que no asistirá al entrenamiento en el caso de encontrarse con síntomas de fiebre temperatura mayor a 37,5 grados o algunos de los síntomas que el ministerio determine como caso sospechoso o haber estado en contacto con personas que padezcan la enfermedad o estén en aislamiento. Si el jugador es menor de edad necesitara la firma de padre madre o tutor a cargo.

El deportista, y todo el personal asistente a los entrenamientos, deberán llevar guantes y evitar tocar, en lo posible, los objetos y equipamiento colectivos. Las medidas de higiene son un aspecto fundamental. Hay que extremar la limpieza de manos, no tocarse cara, ojos, ni nariz, no saludarse con contacto, toser en flexura de codo. Además, hay que tratar la ropa de entrenamiento con las medidas higiénicas adecuadas, guardarlas en una bolsa de plástico hermética y lavarlas aparte de otras prendas y a 60º.

Se deberá desinfectar el calzado cuidadosamente con desinfectantes de contacto. Evitar el contacto de los elementos comunes (pelotas, bochas, pesas, conos, vallas, palos etc.)

Higiene de manos: La higiene de manos es la medida principal de prevención y control de la infección. Deberá realizarse según la técnica correcta (anexo 1) y siempre en cada uno de los siguientes momentos: -Antes de entrenar. -Después de retirarse los guantes. -Después de entrenar. -Al llegar a casa.

Los barbijos/tapabocas filtrantes (FFP): Son equipos de protección individual diseñados para proteger al usuario de la exposición a contaminantes del aire. Los barbijos/tapa bocas higiénicos son un tipo de mascarillas no médicas de fabricación propia o industrial.

Es recomendable remplazar las pelotas de cuero por pelotas de goma o Beach y no utilizar pecheras de entrenamiento.

**Instalaciones**

Las instalaciones deportivas: abra que desinfectar los espacios utilizados en cada cambio de turno, picaportes, barandas, bancos sillas. Baños aclarando que solo estarán disponible por urgencias. Evitar su uso en la máxima expresión.

Cada jugador tendrá que asistir con su botella de hidratación y toalla personal, elementos de desinfección personal.

Instrucción al personal a cargo de los protocolos de limpieza de los lugares y elementos de juego.

**Recepción**

Minimizar la utilización de la recepción. **Dentro de los espacios de entrenamientos** (canchas); deberán dotarse de puntos de control de acceso especial y estar provistos de material de desinfección.

Disponer antes durante y después del entrenamiento de guantes, barbijos y material desinfectante para las personas que asisten a los entrenamientos.

**Secretaría**

⦁ se ofrecerán los servicios de secretaría por teléfono o medios on-line.

**Depositos**

⦁ minimizar o inutilizar el uso de los mismos

**Campo de prácticas**

**Gimnasio cubierto utilizado para la práctica técnico-táctica**: solo se permitirá la asistencia del cuerpo técnico y medico mínimo indispensable, sin presencia de medios periodísticos ni espectadores. No se realizarán asistencias kinesiológicas y médicas más que de urgencia. El lugar estará lo mayor ventilado que la estructura pueda.

**Acciones de juego:**

Es recomendable que los arqueros, trabajen por separado de los otros si existe la posibilidad con un entrenador aparte, para el pase y recepción recomendaría la pared como una solución. Si no fuese posible, realizar parejas fijas de entrenamiento con permanente autocuidado. Distanciamiento determinado 1 persona x 4m2. Siempre que sea posible se utilizaran marcas en el piso de colores identificables con distancias de 2 metros a lo largo y ancho tipo cuadriculas para mantener referencias de distanciamiento. Máximo de 20 jugadores.

**Practica al aire libre:**

* Determinar un único paso de entrada y salida.
* Se deberá llevar un registro detallado, de todos los asistentes por día y por turno para poder establecer la trazabilidad, en caso de aparecer casos.
* Se mantendrá toda la normativa propuesta para las prácticas en lugares cerrados.
* No permanecerán más de 10 jugadores por turno en el espacio de 40x20 y será necesario que cada jugador cuente con su propia pelota de juego.
* El cuerpo técnico -medico usará guantes y barbijos de protección durante todo el entrenamiento con el distanciamiento correspondiente.

**Se debe ofrecer un servicio de alcohol en gel/desinfectante a los practicantes, antes de inicar y al finalizar la practica**

**Las pelotas deben ser desinfectadas luego de ser recogidas y antes de distribuirlas de nuevo. (recomendación al alumno de usar sus propios elementos).**

. **Vestuarios y baños**

Los vestuarios permanecerán cerrados hasta que las autoridades sanitarias lo autoricen.

Se deberá efectuar la limpieza y desinfección de los baños como mínimo 2 veces al dia.

Los dispensadores automáticos de agua, jabón y secadores deben estar permanente mente con sus productos

Los jugadores no podrán utilizar los baños tampoco duchas y vestuarios en caso de contar con los mismos en la estructura. Únicamente emergencias.

**Mantenimiento de la cancha. - empleados**

⦁ se deberá garantizar la distancia social entre todos los trabajadores. **Decnu-2020-297-apn-pte** (aislamiento social preventivo y obligatorio).

⦁ se establecerán equipos de trabajo diferenciados en la plantilla de mantenimiento.

⦁ las entradas y salidas al trabajo serán escalonadas..

⦁ la entrada y salida del personal será de forma individual.

⦁ la asignación de trabajos se realizará en forma virtual, mediante celulares, pc etc.

⦁ no se realizarán reuniones, descansos y comidas en grupo.

* Se realizarán tareas de limpieza y desinfección con soluciones de lavandina al 20% y alcohol al 70%
* Se colocarán carteles con medidas de prevención para covid-19 en lugares visibles al público y personal.