



Protocolo sanitario de ligas y clubes de fútbol infantil para el retorno a la actividad deportiva

El presente material expresa el conjunto de reglas y pautas que servirán para guiar la conducta en todas las ligas y clubes de fútbol infantil en relación a la prevención de la propagación y contagio del COVID-19.

Este protocolo, que pretende sentar las condiciones que deberán respetarse en materia de higiene y cuidados, asienta sus bases en el protocolo desarrollado por la **Asociación Uruguaya de Fútbol (AUF)** y es adaptado al universo poblacional y la realidad del fútbol infantil. Su naturaleza es dinámica y podrá ser adaptado a la situación epidemiológica del país y a las normas dictadas por las autoridades sanitarias y del gobierno en todo momento, de acuerdo al cambio de circunstancias que así lo ameriten.

ÍNDICE

Epidemia del covid-19.....	4
Principales medidas de prevención	4
Fases para el retorno completo en los clubes	5
Jugadores	5
Fase 0	5
Fase 1	6
Fase 2	10
Fase 3	11
Fase 4	12
Cuerpos técnicos y delegados	12
Nutrición, cocina, encuentros grupales.....	12
Referente sanitario.....	13
Árbitros	13

EPIDEMIA DEL COVID-19

El principal mecanismo de transmisión del virus -Covid-19- se da a través de las gotas de *Flügge*, entendidas como pequeñas secreciones en forma de gotas que se expulsan de forma involuntaria e inadvertida a través de la boca y la nariz al toser, respirar, hablar o espirar por parte de personas infectadas.

Hasta el momento se ha comprobado que el aislamiento y estrictas medidas de higiene son las dos acciones preventivas más poderosas. Se ha reconocido además la importancia de identificar los principales síntomas del virus, que van desde cuadros respiratorios con fiebre, tos seca, dificultad respiratoria, odinofagia, rinitis, artromialgias y síntomas digestivos - cólicos, diarrea y vómitos- .

Si bien los niños y niñas no son considerados un grupo de riesgo, es necesario aplicar las condiciones que se expresan en el presente material para evitar la propagación del virus a poblaciones que sí son consideradas de riesgo (adultos mayores, poblaciones con comorbilidades cardiovasculares, respiratorias, metabólicas o inmunológicas independientemente)

PRINCIPALES MEDIDAS DE PREVENCIÓN

- Distanciamiento social.
- Ante la aparición de síntomas sospechosos realizar consultas no presenciales con el sistema médico.
- Uso de tapabocas al salir del domicilio.
- Lavado de manos frecuente con agua y jabón, o en su defecto con alcohol en gel.
- Cubrirse la tos y los estornudos con el pliegue del codo.
- Evitar concurrir a lugares con aglomeraciones.
- Mantener una distancia social de un metro, sobre todo en filas para ser atendidos en diferentes lugares.
- Medidas de higiene al ingreso del hogar, tanto de personas como objetos.

FASES PARA EL RETORNO COMPLETO EN LOS CLUBES DE FÚTBOL INFANTIL

Con el objetivo de retomar la actividad deportiva infantil se diseña un proceso progresivo que comprende diversas fases o niveles de actividad que determinarán las medidas que deberán ser adoptadas en relación al tiempo y el riesgo de contraer la enfermedad; y pudiendo retroceder en caso de que se presente un contexto desfavorable o desalentador.

La fecha de comienzo y las medidas de seguridad serán determinadas por la Secretaría Nacional del Deporte, en conjunto con la Mesa Ejecutiva de ONFI, en relación a la situación epidemiológica y siempre respetando las indicaciones y consejos de Presidencia y el Ministerio de Salud Pública (MSP).

En este sentido, luego de obtener la aprobación correspondiente para este protocolo, ONFI lo comunicará a sus ligas y clubes a través de una Resolución institucional. De igual forma, los consejeros zonales deberán informar los avances de cada etapa de sus ligas y sus zonas.

Cada fase (1 a 3) tendrá una duración de dos semanas, hasta la fase 4 que será de competencia o campeonato.

De esta forma, a continuación se detallan las diversas fases identificadas en relación a cada actor del fútbol infantil (Jugadores, Orientadores Técnicos, Árbitros, Adultos acompañantes, Clubes, Cuerpos Técnicos y Delegados) y a algunas situaciones comunes como lo son los encuentros grupales.

JUGADORES

FASE 0

La fase 0 es la que estamos cursando actualmente, va desde el día de la fecha hasta el comienzo de los entrenamientos

Además de respetar las medidas de aislamiento o conductas aconsejadas por las autoridades nacionales en cada momento para evitar su exposición, los adultos responsables de los niños y niñas deberán informar a los referentes del club el estado de salud actual de sus hijos. Detallarán de forma clara si han cursado cuadros respiratorios de algún tipo en este período de cuarentena, así como si han tenido contacto con personas

sospechosas o confirmadas con el Covid-19, al igual que el estado de salud de su núcleo familiar.

Se deberá comunicar de inmediato en caso de comenzar con síntomas sospechosos para activar el protocolo nacional de atención.

FASE 1

Prevé una duración estimada 2 semanas, efectivas a partir del comienzo de los entrenamientos y condicionadas en relación a la situación epidemiológica local. Se deberán respetar las siguientes condiciones:

- Los vestuarios estarán inhabilitados.
- Practicará una sola categoría por vez en el horario correspondiente.
- Las prácticas nocturnas en invierno no deben exceder las 21 horas.
- Las prácticas también pueden implementarse en horario diurno los días sábados y domingos.
- Deberán ser al aire libre, no pudiendo realizarse en lugares cerrados, ya sean en el mismo club o en predios de terceros.
- Se trabajará en base a un cronograma de días y horarios para evitar aglomeraciones cumpliendo con el distanciamiento social requerido.
- Los niños y niñas deben concurrir con su ropa deportiva desde sus casas, prontos para realizar la actividad deportiva.
- Deben traer su propia botella de hidratación y no deben compartirla.
- Se llevarán a cabo juegos y actividades donde el distanciamiento entre los niños sea el adecuado (ej., tiros al arco, pases entre sí, fútbol tenis, etc.).
- El espacio para realizar las actividades deberá estar claramente delimitado.
- Se utilizarán espacios de no menos de 40mt por 30mt (mitad de cancha).
- En caso de que la categoría tenga más de 15 niños la misma se dividirá en dos y cada grupo practicará en una mitad de cancha.
- El horario de comienzo de un segundo turno de prácticas deberá ser media hora después de finalizado el primer turno, evitando así la aglomeración de adultos que acompañan a los niños.

- No se podrán realizar partidos de práctica, ni ejercicios que infrinjan una distancia adecuada de 2 x 2 metros.
- Los saludos se harán con el habla o con los codos.

Los niños no deberán:

- Asistir al club si NO es su día de práctica.
- Concurrir con algún síntoma de Covid-19.
- Circular y formar grupos con otros niños antes o después de que comience la práctica.
- Quedarse jugando en el club luego de finalizada la práctica.
- Concurrir al club sin tapaboca.
- Quitarse la ropa de abrigo y dejarla en cualquier sitio, la misma debe entregarse al adulto responsable (no debe amontonarse ropa de distintos niños en un mismo lugar).
- Mantener antes, durante y finalizada la práctica una distancia social adecuada.

Los Orientadores Técnicos no deberán:

- Concurrir si tiene algún síntoma de Covid 19.
- Concurrir al club sin tapaboca.
- Mantener un distanciamiento menor a 2 metros de los niños y/o ayudantes.

Los Adultos que acompañan a los menores no deberán:

- Asistir a las prácticas acompañados de otros adultos.
- Concurrir al club con algún síntoma de Covid 19.
- Ingresar al predio donde están entrenando los niños.

- Infringir el distanciamiento social adecuado ya sea con niños o con otros adultos.
- Concurrir al club sin tapaboca.
- Adelantarse o retrasarse al horario de la práctica.
- Quedarse en el predio antes o luego de la misma.
- Incitar el desarrollo de instancias y encuentros sociales, intentando utilizar medios de comunicación digitales para interactuar con el orientador técnico y otros padres.

En los clubes:

- Los dirigentes deberán concurrir al club con tapaboca y respetar la distancia social adecuada en todo momento.
- Serán los responsables de mantener las máximas medidas de higiene.
- Los baños deberán contar con agua potable y jabón líquido, y se desinfectarán con dilución de Hipoclorito al 0.1% o similar antes del inicio de las prácticas.
- Deberán mantener los materiales de entrenamiento en un lugar debidamente higienizados.
- Las cantinas deberán mantener la máxima condición de higiene en la elaboración y manipulación de los productos para la venta y respetar el distanciamiento social recomendado (1.5 metros).
- Se deberá incorporar en las instalaciones –al ingreso o en un lugar visible- una cartelera con instructivos sobre:
 - Información acerca el COVID19
 - Correcto uso de mascarillas
 - Cómo lavarse y desinfectarse las manos

ACTUACIÓN ANTE PERSONAS CON SÍNTOMAS

- De identificarse durante la práctica, un niño o adulto con síntomas, se lo aislará, se le entregará una mascarilla y se llamará a la persona de contacto. Deberá retirarse a su domicilio y realizar las consultas necesarias con su prestador de salud.
- Se suspenderán temporalmente las actividades individuales y grupales.
- Se procederá a la limpieza y desinfección de los lugares en los cuales estuvo la persona con síntomas.
- El reintegro del afectado se realizará mediante alta por médico competente.
- Los niños viajarán en lo posible en los vehículos particulares de sus familias. De compartir los mismos, lo harán en un número igual o inferior a tres por automóvil, con tapabocas.
- Aquellos que no cuenten con este tipo de traslado, y no tengan compañeros que los puedan transportar, y lo hagan en el transporte público, deben de hacerlo guardando distancia de otras personas y con tapabocas.
- Respecto a la ropa utilizada para entrenar, lo ideal es mantenerla puesta hasta llegar a su domicilio para su lavado.
- Al retorno a sus domicilios el propietario del vehículo utilizado como transporte deberá tener la precaución de una debida desinfección del mismo.
- Es aconsejable que en la entrada a sus domicilios pueda existir un paño o una alfombra con algún desinfectante (hipoclorito de sodio u otro), para pisarla y desinfectar la suela del calzado utilizado para entrenar o para trasladarse.
- El paso inmediato es dirigirse a tomar una ducha reparadora con un correcto lavado de todo el cuerpo con agua y jabón; recién después se podrá tomar contacto con el grupo familiar y el resto en el domicilio.

USO DE GIMNASIOS EN EL FÚTBOL INFANTIL

- Cuando se autorice el uso de los gimnasios y en concomitancia con las normas dictadas por el MSP, los niños podrán ingresar con tapabocas y en número reducido para evitar aglomeraciones y permitir un correcto distanciamiento. Previamente debe efectuarse una correcta desinfección de todo el local según las normas de seguridad y también luego de la utilización del mismo.
- Deben existir recipientes con bolsas de nylon para todo lo que se descarta.
- Los deportistas deberán cuidar de no tocarse la cara ni el tapabocas para evitar la contaminación y así aumentar el riesgo de contagio.
- Realizarán un lavado de manos frecuente con agua, jabón y/o alcohol en gel.

FASE 2

Se llega a esta fase de no mediar un aumento en la peligrosidad de la pandemia en el país, y siempre de acuerdo a las normas del MSP. El período de tiempo para esta fase será de 2 semanas y se deberán respetar las siguientes condiciones:

- El equipo comenzará a entrenar de forma colectiva, luego del reacondicionamiento físico individual y sin contacto.
- Como en todas las etapas, se planteará a los encargados del grupo los problemas sanitarios que los niños presenten o hayan presentado, a modo de tomar las medidas sanitarias que correspondan.
- Los traslados hasta el lugar de práctica deben realizarse respetando las medidas detalladas en la Fase 1.
- Los equipos que dispongan de vestuarios, podrán utilizarlos si estos permiten mantener una distancia sanitaria adecuada.
- Será responsabilidad de las Instituciones que faciliten el uso de vestuarios su correcta higiene y desinfección como lo indica el protocolo sanitario.
- El manejo de la ropa de entrenamiento será también similar a la Fase 1.
- El manejo en los gimnasios deberá también mantenerse como en la etapa anterior, en especial en lo que tiene que ver con el distanciamiento interpersonal, y la limpieza y desinfección de todos los aparatos disponibles, antes y después de su uso.

- Se seguirá usando tapabocas en especial en espacios cerrados. En espacios abiertos se seguirá respetando el distanciamiento entre los jugadores.
- En las charlas técnicas también se respetarán las distancias entre los técnicos y los niños.
- En esta fase los trabajos diseñados por los orientadores técnicos podrán presentar contacto físico, aconsejando espacios mayores de los habituales para los trabajos reducidos, a efectos de limitar la exposición interpersonal.
- El regreso a sus domicilios tendrá los mismos cuidados que en la Fase 1, tanto en los vehículos que se utilicen, la desinfección de la suela del calzado utilizado y el manejo de la ropa de entrenamiento que debe ser lavada tras la práctica.

FASE 3

- Esta fase se dispondrá también en un período de 2 semanas.
- Como en todas las etapas debe compartirse con el responsable técnico del equipo cualquier tipo de problema sanitario que el niño presente y que haga necesaria una consulta médica o una limitación para entrenar.
- Se permitirán actividades en espacios y en número de deportistas tradicionales de acuerdo con el trabajo de los orientadores técnicos.
- Se podrá comenzar a generar partidos amistosos con el cuidado en los traslados ya referido. En caso de utilizarse transporte colectivo contratado para todo el plantel, se deberá garantizar una correcta desinfección previa y posterior del mismo. Se deberá seguir utilizando tapabocas para los traslados.
- Se podrán incrementar los trabajos físicos con contacto, al aire libre y en lugares cerrados, con las medidas de higiene previas y posteriores al mismo, como lavado de manos con agua y jabón o alcohol en gel y cubrirse la tos o el estornudo con el pliegue del codo.

FASE 4

- Comienzo de la competencia.
- Se prohíbe compartir botellas de hidratación, mate y elementos de higiene personal.
- La desinfección de los materiales de entrenamiento debe continuarse de manera responsable.
- El uso de tapabocas en especial en los traslados estará sujeto a la situación epidemiológica general del país y a los consejos de la autoridad sanitaria.

CUERPOS TÉCNICOS Y DELEGADOS

- Los cuidados en seguridad e higiene personal serán idénticos a los de los niños en cada fase, desde su salida del domicilio, traslado, arribo, estadía y retiro de las instalaciones del club.
- Técnicos y preparadores físicos decidirán en cada etapa y de acuerdo a la normativa sanitaria en cada momento, qué tipo de trabajos, qué jugadores y en qué instalaciones se realizarán los entrenamientos, informando previamente para evitar aglomeraciones.
- Serán los responsables de velar por el lavado y desinfección de los elementos utilizados en los entrenamientos y competencias (pelotas, camisetas, chalecos, conos, etc.), luego de cada una de las mismas.

NUTRICIÓN, COCINA, ENCUENTROS GRUPALES

En las Instituciones que acostumbran brindar alimentos a sus niños, se deberán cuidar al máximo las medidas de higiene y desinfección de los alimentos (en especial envasados) y el estricto cumplimiento de las medidas de seguridad sanitarias de quienes los manipulan (guantes, tapabocas, lavado de manos, alcohol en gel). De todos modos, desde ONFI se recomienda que esta actividad no se retome hasta que la situación epidemiológica lo permita.

- Se tendrán en cuenta los cuidados ya descritos en cuanto a la distancia interpersonal y el no compartir bebidas.

- De la reposición hídrica en los entrenamientos y partidos, lo repetimos, debe ser resuelta por cada deportista en forma individual. No se puede compartir.
- Están prohibidos los encuentros grupales (festejos, asados, chorizadas, etc.) hasta que las condiciones epidemiológicas lo permitan.

REFERENTE SANITARIO

Recomendamos a los clubes y ligas a designar un referente sanitario que tenga como rol comunicarse con los deportistas, cuerpo técnico, dirigentes y allegados al Club, para recabar datos sintomáticos de los mismos, actuales y durante la cuarentena, así como contactos de riesgo que pudieran haber tenido. En caso de no existir un referente sanitario, esa función deberá ser asumida por el cuerpo técnico. Es muy importante conocer la realidad sanitaria del grupo para evitar contagios.

ÁRBITROS

Los árbitros comunicarán a su referente médico, o en su defecto, al Colegio de Árbitros su estado de salud actual y durante la cuarentena, así como de todo el núcleo familiar, e informarán sobre contactos de riesgo durante la misma, con personas sospechosas o confirmadas con COVID-19.

Se realizarán en lo posible el test diagnóstico previo al comienzo de las actividades.



SEGUINOS
onfi.org.uy

   @ONFIOficial

Montevideo - Uruguay

 Uruguay 1669

 secretaria@onfi.org.uy

 24006556 - 24084138

 comunicacion@onfi.org.uy