



PROTOCOLO DE LA DISCIPLINA ATLETISMO

1. INTRODUCCIÓN

El presente protocolo esta armado con las normas sanitarias dispuestas por los organismos oficiales de la salud y está pensado para el inicio de la actividad deportiva ATLETISMO, brindando de este modo un espacio seguro para la actividad física de nuestros jóvenes deportistas.

Asimismo se respetan todas las normas y disposiciones establecidas por las instituciones intervinientes: CONSEJO DE PROFESIONALES DE CIENCIAS ECONOMICAS , la Secretaría de Deportes, el COE Provincial.

2. JUSTIFICACIÓN:

La situación sanitaria producto de la pandemia COVID – 19 y el aislamiento social, preventivo y obligatorio, ha causado un fuerte impacto en el normal desarrollo de las actividades deportivas cotidianas.

Por un lado los deportistas, se han visto imposibilitados de iniciar con sus actividades presenciales, las que estaban planeadas para el mes de marzo. La situación sanitaria obligo a interrumpir el inicio de los entrenamientos, la sociabilización y la competencia. Por otro lado, toda la estructura institucional prevista quedó marginada y limitada a la situación que se presenta en el país, motivo por el cual directores, profesores, entrenadores, ayudantes técnicos, colaboradores y preparadores físicos tuvieron que postergar el tan ansiado momento del inicio y continuación del plan que minuciosamente ha sido planificado.

Siendo conscientes de que la normalización de la práctica deportiva no se recupera de un día para otro, consideramos importante atender el proceso de recuperación de actividades, el cual llevará semanas de trabajo, proceso que

EL CONSEJO DE PROFESIONALES DE CIENCIAS ECONOMICAS está dispuesto a respetar y acompañar.

Considerando y respetando desde ya, todos los aspectos emanados desde las autoridades competentes (COE), nuestras actividades serán programados, ordenados y seguros para todos los deportistas que asistan a nuestros entrenamientos. Para esto el trabajo se ajustará a los espacios disponibles y descriptos en los anexos.

Las actividades presenciales solo se desarrollarán con el PROTOCOLO APROBADO, ajustándose a todo lo dictaminado al respecto.



2. OBJETIVO:

- a. Iniciar el reacondicionamiento físico y las actividades relacionadas a la práctica del ATLETISMO, a fin de ir desarrollando de a poco la buena actividad deportiva, la contención emocional y psíquica y el cuidado de los hábitos saludables, en busca de iniciar la actividad formativa de nuestros deportistas y afiliados.
- b. Constituir y construir vínculos internos y sociales que motorizan y dan vida a las instituciones deportivas, como así también instar a todos los actores involucrados (dirigentes, entrenadores, familia, otros) a ejercer el rol de educadores, conscientes de que estamos a viviendo un nuevo estilo de vida, promoviendo acciones preventivas, de control y evolución ante esta nueva realidad que se abre camino en la vida cotidiana de todos.
- c. Motivar la incorporación de nuevos y más actores deportivos en la disciplina de ATLETISMO, generando de este modo un nuevo espacio deportivo dentro de nuestra institución y del ciclismo provincial.

3. DESINFECCIÓN Y CUIDADOS GENERALES:

Reunión general de presentación de los protocolos para contener y mitigar al COVID-19 entre directivos, colaboradores del club y entrenadores a cargo.

- Capacitación del personal de trabajo para poder reconocer síntomas de COVID-19 y poder actuar mediante medidas de evacuación y comunicación con el personal de salud.
- Difusión de los protocolos y recomendaciones ante quien corresponda. Exhibiendo números de teléfonos que ofrecen las autoridades para activar protocolos de atención a casos sospechosos.
- Entrega de una declaración jurada a cada Padres, Madres o Tutores, con devolución rubricada, donde claramente se hace referencia a la responsabilidad, derecho y obligación de cada socio.
- Toda persona que ingrese a las instalaciones o a la carrera donde se efectúan los entrenamientos o competencias, deberá ser sometida al control de temperatura, control de barbijo, desinfección de calzado, manos y control del kit personal.
- Kit personal y obligatorio: Indumentaria deportiva personal / barbijo / solución hidroalcohólica en difusor / rejilla o repasador / toallas descartables o papel higiénico / vaso descartable / hidratación personal.
- Los vestuarios y baños permanecerán cerrados y no podrán ser utilizados.
- Todos los deportistas y personas que ingresen al prime de la competencia deberán utilizar barbijo, pasar obligatoriamente por el test de temperatura y se deberán higienizar debidamente las manos en el área de control.
- Los competidores durante el evento son los únicos exceptuados a no utilizar barbijos, el resto: entrenadores, padres o acompañantes autorizados, dirigentes o cualquier otra persona que se



encuentre en el evento deberá utilizar barbijo o tapaboca.

- No se permitirá el ingreso de padres al espacio del prime o llegada o zonas habilitadas de control. Se les brindara sectores de espera en las tribunas (sector de espera), respetando las medidas establecidas por protocolo.
- Los deportistas sólo pueden ser acompañados por una persona responsable.
- Es recomendable que el traslado al club NO se efectúe mediante transporte público.
- Los competidores deberán usar el barbijo social (tapa boca, nariz y mentón como establece la reglamentación provincial), al llegar y al regresar a su casa.
- La organización deberá suministrar alcohol en gel o solución hidroalcohólica para todas las personas.
- Se determinara el ingreso y egreso al lugar de la competencia, con el distanciamiento necesario circuito unidireccional para ingreso y salida de la zona de acreditación y entrada en calor.
- En el acceso a la institución o prime, se medirá la temperatura corporal de las personas y que debe ser menor a 37.5 grados.
- Se realizará el registro de ingresos al club o prime, También se exigirá la respectiva inscripción (**QUE SE DEBE REGISTRAR HASTA 48 HORAS ANTES**) y acreditación anticipada on line.
- La organización de las competencias del CONSEJO DE PROFESIONALES DE CIENCIAS ECONOMICAS deberá extremar las medidas sanitarias de limpieza y desinfección, exhaustivas y con alta periodicidad.
- Está prohibido el uso de infusiones (por ejemplo, mate).
- Queda inhabilitada la posibilidad de comer y fumar dentro del espacio destinado a los eventos deportivos.
- Todos los asistentes que acompañen a los deportistas serán distribuidos adecuadamente en las tribunas, zona de avituallamiento, auxilio y zona de espera.
- Todos deportistas, entrenadores, acompañantes, dirigentes, empleados, etc, deberán tomar conocimiento del PROTOCOLO AUTORIZADO. Motivo por el cual el área administrativa le hará firmar, a todos los asistentes la toma de conocimiento del mismo.
- Queda prohibido el consumo de cualquier bebida alcohólica dentro y fuera del lugar de competencia
- Utilización de bandeja santizante u alcohol en gel en mesa de control
- Todos los colaboradores controles jueces cronometristas banderilleros con tapaboca y en lo posible también con MÁscara
- Las edades deben ser mayores 16 hasta los 60 años en la competencia de 10 km y en la de 4km desde los 14 y 15 años. Y participativa



- Distribución de las categorías en la mayor cantidad posible y también por sexo y estipular los horarios de largada con diferencia de 30 minutos entre cada una
- Armar una zona de pre largada donde se proceda al control de todos los participantes y su categoría para agilizar la próxima largada y así sucesivamente
- Respetar el distanciamiento y turno para cualquier consulta en mesa de control
- Cada deportista deberá estar provisto de agua y alimentación propia antes, durante y después de la competencia.
- La utilización de los baños solo en situación de **emergencia**
- Deberán prever donde dejarán su indumentaria que no utilizarán para la carrera
- Contratación de servicio de emergencias médicas y asistencia inmediata
- Nota a la policía de la provincia y móviles para el control del evento
- Nota a la dirección de tránsito para el seguimiento y corte de calles por todo el circuito
- Para la competencia de los 10 km solo habrá un puesto de hidratación con todos los elementos descartables y bolsas para recoger y desechar todo lo utilizado por los corredores
- Croquis del recorrido de ambas distancias y señalización del puesto de hidratación
- Se limita la cantidad de 40 personas por categoría entre femenino y masculino/ No se permite el ingreso de público en general.
- La categoría FAMILIA DE CIENCIAS ECONOMICAS tendrá un circuito de 2km acompañados en el recorrido por personal de la Secretaria de Deportes
- Los discapacitados recorrerán una distancia de 2km participativa
- Deberán respetar el circuito unidireccional de zonas de control y las demarcaciones
- Deberán respetar los horarios y lugares preestablecidos de la entrada en calor y largada
- Se respetarán los horarios de largada rigurosamente
- Todos los corredores deberán ir con la indumentaria prevista para la competencia

De la INSCRIPCIÓN

- **LA INSCRIPCIÓN REALIZADA EN EL SITIO ONLINE.**
- **PRESENTAR PARA PODER RETIRAR EL DORSAL, LA REMERA: EL CERTIFICADO DE APTO FISICO con electrocardiograma o ergometría PARA REALIZAR ACTIVIDAD FISICA SELLADO Y FIRMADO POR EL PROFESIONAL (ORIGINAL), PARA EL NORMAL DESARROLLO DE LA COMPETENCIA.**
- **CUALQUIER FALTANTE Y/U OMISIÓN DE DOCUMENTACION, SERA MOTIVO DE LA NO PARTICIPACION DEL EVENTO**
- **NO SE REALIZARÁ INSCRIPCIÓN EN FORMA PRESENCIAL EN EL EVENTO.**



- **Se establece normativa estricta la prohibición de personas que se encuentren dentro del grupo de riesgo (embarazadas, inmuno deprimidos, con patologías respiratorias crónicas según Decreto Nacional, con diabetes tipo 1 y 2, obesidad mórbida, con insuficiencia renal, con enfermedades cardiacas, insuficiencia cardiaca, enfermedad coronaria, valvulopatías y cardiopatías congénitas. Decreto Acuerdo N° 696-S/2020**

4. EL ACCESO A LAS COMPETENCIAS

- Solo serán admitidos en la práctica deportiva, aquellos que cumplan con todos los requerimientos de salud, administrativos, sanitarios y que tengan el kit personal.
- Todo el personal deberá trabajar con los elementos básicos de protección personal, para garantizar las condiciones sanitarias con seguridad y responsabilidad.
- Luego que los deportistas pasen por el sector de ingreso, serán recibidos por el entrenador o profesor.

Durante y para el entrenamiento de entrada en calor, cada jugador debiera disponer de una toalla individual, una botella de agua de uso exclusivo, barbijo y kits de limpieza propio (toallas descartables/papel higiénico, difusor con alcohol, vaso descartable y bolsa de basura).

EL ENTRENEADOR, ACOMPAÑANTE (discapacitados) Y/O PADRE en todo momento exigirá y dará instrucciones y recomendaciones sanitarias tales como:

- No tocarse la cara, los ojos y la nariz, cubrirse la nariz y la boca cuando se estornuda con el pliegue del codo o con pañuelo descartable, para luego tirarlo donde corresponda.
 - Escupir en el vaso descartable personal.
 - Higienización con solución hidroalcohólica de manos y elementos que hubiere tocado en forma constante.
- Cada vez que se ingrese al sector de prime, todos los asistentes serán registrados en una Planilla de Registro Diario, donde se consignará N y Apellido, DNI, teléfono de contacto, dirección y temperatura registrada al ingreso.
 - Es muy importante modificar hábitos culturales/deportivos, sin contactos personales, saludos, besarse, saludos de manos, abrazos, etc.
 - Mantener en todo momento el distanciamiento mínimo de 2 mts.
 - Cada deportista debe concurrir con su respectiva mochila, la cual debe ser depositada en el área asignada. En la misma deben sumar:
 - Bolsa para guardar su indumentaria deportiva.
 - Par de zapatillas con bolsa (deben utilizar dos pares de zapatillas, una para entrenar y otra para deslazarse).



- Abrigo extra.
 - Hidratación personal.
 - No se compartirá indumentaria ni elementos personales
- h. La circulación y el tránsito personal o grupal, sólo está permitido en el área de PRIME O LARGADA para el personal autorizado.

5. DETALLES PARTICULARES

- a. **MODALIDAD DE COMPETENCIA:** TODAS LAS COMPETENCIAS TENDRAN UNA DURACION ESTIPULADA DE ACUERDO CON LA CANTIDAD Y DISPONIBILIDAD DEL TIEMPO. QUEDANDO SUJETA A POSIBLES MODIFICACIONES SEGÚN LO CREAN NECESARIO LOS ORGANIZADORES Y RESPONSABLES DEL EVENTO.
- b. **OPTATIVA:** MODALIDAD CONTRARELOJ
- c. **ESPACIO FÍSICO:**

Es de vital importancia que todos los espacios estén higienizados, con la cartelería de señalización correspondiente, exhibir y tener a disposición el PROTOCOLO APROBADO por la Secretaria de Deportes, para normal funcionamiento de la actividad.

d. INICIO DE LA ACTIVIDAD

1) Objetivos Específicos

- Iniciar con el acondicionamiento físico, en grupos reducidos, acorde a los m2 del espacio disponible, respetando el protocolo del COE.

2) Espacio Físico

- La entrada en calor estará demarcada y señalizada y deberán respetar los espacios y distanciamiento y tiempos previos a su largada según la categoría
- Disponibilidad del espacio físico.
- Demarcación de los espacios individuales de la práctica deportiva.
- Organización de la entrada en calor previa al evento
- Las competencias deben estar planificados y ajustados al presente protocolo, teniendo en cuenta el tiempo permitido y sin intercambio de elementos.
- La práctica deportiva tendrá una duración de 30/50 minutos, con el tiempo adecuado disponible para la limpieza entre grupo y grupo. Según calendario tentativo presentado en nota



6. CONCLUSIONES

Proteger la salud y atender el bienestar de nuestros jóvenes deportistas es la máxima prioridad de nuestra institución y estamos convencidos que el deporte no solo es necesario para la salud física, sino también para la salud mental en esta época de pandemia. Pero también somos conscientes que es importante recalcar que se lleven a cabo las medidas detalladas anteriormente (extremar la higiene, respetar el distanciamiento físico, llevar un estilo de vida saludable, una alimentación sana y evitar los desplazamientos no esenciales). Hasta que no dispongamos de la vacuna de la COVID-19, el entorno será bastante distinto.

Este protocolo esta creado siguiendo las normativas del C.O.E. de la provincia, ya que se permite la actividad física cuidando y haciendo cumplir las normas sanitarias para el bienestar de todos.

Esto es un aprendizaje para todos y nosotros como institución no estamos ajenos, pero en base a toda la información recaudada, el CONSEJO DE PROFESIONALES DE CIENCIAS ECONOMICAS está totalmente comprometido en colaborar y cuidar la salud de nuestros deportistas los cuales tendrán la responsabilidad a la vez de evitar la propagación del virus que nos afecta a todos.

7. ANEXOS

- Esquema de los espacios de prime y o largada y llegada
- Categorías
- Horarios
- Croquis de los circuitos
- Declaraciones juradas
- Aptos físicos con sello y aval del profesional de la salud para realizar deportes o actividad física
- Link de inscripción anticipada para el evento
- Cupos limitados de inscriptos por categoría



8. ANEXO 2

PUNTO DE CONCENTRACION RI 20 PARA CONTROL DE DOCUMENTACION Y ACREDITACION

Categorías y Horarios - Día 13 de Diciembre

CATEGORÍAS (cupo máximo 40 participantes por categoría)	EDAD	ACREDITACIÓN HS.	LARGADA HS.
10 km			
Mayores A	20 - 34	07:30	08:00
Juveniles	18 - 19	07:45	08:15
Mayores B	35 - 44	08:00	08:30
Veteranos A	45 - 54	08:45	09:15
Veteranos B	55 - 60	09:00	09:30
4 km			
Mayores A	20 - 34	09:00	09:30
Juveniles	18 - 19	09:15	09:45
Mayores B	35 - 44	09:30	10:00
Veteranos A	45 - 54	09:45	10:15
Veteranos B	55 - 60	10:00	10:30
Cadetes y Menores	14 - 17	10:15	10:45
PRUEBA PARTICIPATIVA 2KM			
FAMILIA CONTADORES Y DISCAPACITADOS	-----		11:00