

PROTOCOLO DE ENTRENAMIENTO EN ESPACIOS SEGUROS



DE ACUERDO A
MEDIDAS SANITARIAS
RECOMENDADAS
POR ORGANISMOS
INTERNACIONALES
COVID-19



REAL
FEDERACIÓN
ESPAÑOLA
DE FÚTBOL



DEUSCHERR
FUSSBAL-BUND



Organización
Mundial de la Salud



MATERIAL DE REFERENCIA PARA LA CONFECCIÓN DEL PROTOCOLO DE ENTRENAMIENTO EN ESPACIOS SEGUROS

En función de lo expresado por el Señor Presidente de la Nación **Dr. Alberto Fernández**, en su visión de empezar a reactivar aquellas actividades de alto impacto social y económico dentro del marco de protocolos que se pongan a disposición para su evaluación, es que el **Club Atlético Talleres** pone a consideración de las autoridades el siguiente **PROTOCOLO DE ENTRENAMIENTO EN LUGARES SEGUROS** en el marco de las medidas sanitarias establecidas por organismos internacionales y nacionales.

El siguiente documento toma como referencia procedimientos sanitarios de actuación ante la pandemia del **COVID-19** e implementación de medidas para el regreso a las prácticas de entrenamientos del fútbol profesional que han sido publicadas por las siguientes organizaciones internacionales:

FIFA

CONMEBOL

REAL FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE FÚTBOL

FEDERACIÓN DE FÚTBOL ALEMANA

ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD



REAL
FEDERACIÓN
ESPAÑOLA
DE FÚTBOL



DEUSCHERR
FUSSBAL-BUND



Organización
Mundial de la Salud



IMPORTANCIA PARA LOS JUGADORES Y LOS CLUBES DE REALIZAR **ENTRENAMIENTOS EN ESPACIOS SEGUROS**



Este protocolo de **entrenamientos en espacios seguros**, está desarrollado por médicos expertos y fundamentado en prácticas similares que se llevan a cabo en países como Alemania.

Busca **garantizar el cuidado de los jugadores profesionales**, que son el **patrimonio más importante de un club de fútbol**, siendo el único medio de sustento que tiene la institución, para hacer frente a cualquier situación de riesgo económico que pudiera existir.

ESTE PROTOCOLO TIENE COMO OBJETIVO EN LOS JUGADORES PROFESIONALES:

- **Control sobre el desarrollo de actividad física y de aprendizaje técnico.**
- **Control y seguimiento sobre la nutrición y buenos hábitos.**
- **Brindar espacios de trabajos seguros y con equipamiento adecuado.**
- **Preservar la salud integral.**

SE REANUDAN LOS ENTRENAMIENTOS EN LA BUNDESLIGA

MENÚ EL ESPAÑOL SUSCRIBIRSE



FÚTBOL INTERNACIONAL / SERIE A

Nápoles, Lazio y Cagliari vuelven a entrenar la próxima semana pese a la crisis del coronavirus

Secciones LA NACION SUSCRIBIRSE

LA NACION | DEPORTES | FÚTBOL | BUNDESLIGA

Coronavirus. El RB Leipzig de Alemania volvió a los entrenamientos "sin tocarse"



El vestuario del Leipzig en una situación totalmente anormal

FOX Noticias Videos Fútbol Mexicano Fútbol Internacional Otros

VOLVER



BUNDESLIGA 06 abr. 2020 | 16:05 PM

El plan que siguió Bayern Munich en su vuelta a los entrenamientos

El club bávaro reanudó sus prácticas en cancha en plena contingencia del COVID-19 y así lo hicieron

canal N 20 AÑOS

DEPORTES + 06.04.2020

COVID-19: Bayern Munich regresó a entrenar en el campo en pequeños grupos



En las últimas dos semanas los jugadores se habían entrenado en sus casas

442 FÚTBOL BÁSKET TENIS AUTOMOVILISMO RUGBY MÁS DEPORTES OPINIÓN

TEMAS DEL DÍA • CORONAVIRUS • CUARENTENA • INTERNACIONAL • BOCA • RIVER

FÚTBOL | HACE 1 SEMANA

El Bayern Munich regresa a los entrenamientos en medio del avance del coronavirus

El primer equipo del gigante alemán volverá a las prácticas de manera escalonada y "en coordinación con las políticas del gobierno" nacional. El anuncio oficial.

COMPARTIR → f t w p



EL BAYERN MUNICH VUELVE A LOS ENTRENAMIENTOS DEL PRIMER EQUIPO Pese al COVID-19.

El Bayern Múnich anunció este domingo que los jugadores regresarán a los entrenamientos este lunes por primera vez desde que la Bundesliga fuera suspendida por la pandemia del nuevo coronavirus.

DW Made for minds.

Búsqueda ACTUALIDAD

ACTUALIDAD MULTIMEDIA TV APRENDER ALEMÁN

AMÉRICA LATINA POLÍTICA ECONOMÍA CULTURA CIENCIA Y ECOLOGÍA ALEMANIA HOY DEPORTES

Fecha 04 03 2020

Temas Fútbol alemán, Bayern Munich, Deportes, Bundesliga, Fútbol, Coronavirus, COVID-19

Palabras clave Coronavirus, Borussia Mönchengladbach, BVB, Borussia Dortmund, Fútbol, Fútbol alemán, Bundesliga, epidemia, COVID-19, deportes

Si Consultas y observaciones

Imprimir Imprimir esta página

Enlace permanente <https://p.dw.com/p/3Yx00>

Publicidad



RESULTADOS Y POSICIONES PRIMERA DIVISIÓN DE LA BUNDESLIGA

Resultados y posiciones: primera división de la Bundesliga

FACEBOOK

DW Español Like Page

DW Español 2 minutos ago

El actual tercero y cuarto de la tabla, el Borussia Dortmund y el Borussia Mönchengladbach respectivamente, animarán el "duelo borsussiano", el partido más destacado de la próxima 25ª jornada de la Bundesliga. El estadio de Mönchengladbach será repletado por alrededor de 54 mil espectadores y el encuentro se desarrollará a pesar de la epidemia de coronavirus.

LA VANGUARDIA | Fútbol RESULTADOS

Al Minuto Internacional Política Opinión Vida Deportes Economía Local Gente Cultura Sucesos Temas

Directo Coronavirus: última hora

FÚTBOL

El Schalke 04 vuelve a los entrenamientos entre medidas de seguridad



Los jugadores del Schalke 04 entrenan en su Ciudad Deportiva. (AP)

REDACCIÓN, BARCELONA 03/04/2020 18:47 | Actualizado a 03/04/2020 20:50

La pandemia del coronavirus ha paralizado el fútbol, pero en algunos clubs empiezan a retomar la normalidad poco a poco, como es el caso del Schalke 04, que ha vuelto a los entrenamientos en su Ciudad Deportiva entre medidas de seguridad sanitarias y en grupos reducidos. La Bundesliga aprobó recientemente alargar la suspensión del campeonato hasta el 30 de abril.



PROTOCOLO DE ENTRENAMIENTO EN ESPACIOS SEGUROS

DE ACUERDO A MEDIDAS SANITARIAS RECOMENDADAS
POR ORGANISMOS INTERNACIONALES COVID-19



DEUSCHERR
FUSSBAL-BUND



Organización
Mundial de la Salud

ETAPAS DEL PROTOCOLO

- ⦿ REALIZACIÓN DE **TEST COVID-19** PREVIO AL INICIO DE LOS ENTRENAMIENTOS Y DE MANERA PERIÓDICA.
- ⦿ SEGUIMIENTO Y CONTROLES DE SALUD A TODOS LOS JUGADORES, TÉCNICOS Y PERSONAL.
- ⦿ DESINFECCIÓN DE LAS INSTALACIONES PREVIO (Y DURANTE) LOS ENTRENAMIENTOS.
- ⦿ CUIDADOS DESDE LA CASA AL ENTRENAMIENTO.
- ⦿ CUIDADOS AL LLEGAR AL LUGAR DEL ENTRENAMIENTO. UTILIZACIÓN DE CABINA SANITIZANTE.
- ⦿ CUIDADOS DURANTE EL ENTRENAMIENTO.
- ⦿ CUIDADOS FINALIZADO EL ENTRENAMIENTO. UTILIZACIÓN DE CABINA SANITIZANTE.
- ⦿ CUIDADOS DESDE EL ENTRENAMIENTO A LA CASA.
- ⦿ DESINFECCIÓN DE LAS INSTALACIONES POSTERIOR A LOS ENTRENAMIENTOS.
- ⦿ VIDEO REPORTE MEDIANTE DRON A LAS AUTORIDADES.



PROTOCOLO DE ENTRENAMIENTO EN ESPACIOS SEGUROS

DE ACUERDO A MEDIDAS SANITARIAS RECOMENDADAS POR ORGANISMOS INTERNACIONALES COVID-19

DESDE LA CASA AL ENTRENAMIENTO

4 TRANSPORTARSE SIN ACOMPAÑANTES EN SU VEHICULO PARTICULAR

Para quienes no disponen de vehículo, el club le proveerá un servicio de transporte seguro con cobertura de ida y de vuelta.

4



3

3 DIRIGIRSE DESDE SU CASA AL LUGAR DE ENTRENAMIENTO SIN ESCALAS

No entrar en contacto con ninguna persona en el trayecto, si fuera estrictamente necesario, hacerlo a dos metros de distancia.

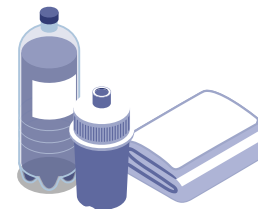
1

1 ANTES DE SALIR LAVARSE BIEN LAS MANOS CON JABÓN



Además, colocarse alcohol en gel y transportarlo en su vehículo o bolso, ya que no lo utilizará nuevamente hasta apenas que termine el entrenamiento y vuelva a su vehículo.

2



2 LLEVAR SU PROPIA INDUMENTARIA, AGUA, TOALLAS Y SUPLEMENTOS

Una vez utilizadas, desechar los envases y restos en los basureros que se dispondrán para tal fin.

NADA SE COMPARTE





PROTOCOLO DE ENTRENAMIENTO EN ESPACIOS SEGUROS

DE ACUERDO A MEDIDAS SANITARIAS RECOMENDADAS POR ORGANISMOS INTERNACIONALES COVID-19

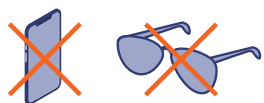
AL LLEGAR AL LUGAR DEL ENTRENAMIENTO

1

AL DESCENDER DEL AUTO LLEVAR SOLO LO INDISPENSABLE

No bajar teléfono, lentes, auriculares, etc. Bajar sólo con los elementos necesarios para realizar la práctica.

Usar la mano no dominante para tocar picaportes u otros objetos.



2



TESTEO DE TEMPERATURA

Se realizará el testeo de temperatura a cada jugador previo al ingreso a las instalaciones, mediante termómetro infrarojo.



NO TOCARSE EL ROSTRO

3



COLOCARSE GANTES DE LATEX

Al descender del auto, colocarse los guantes de latex. El club se los proveerá, al igual que al alcohol en gel.

4

PASAR POR LA ZONA DE DESINFECCION ANTES DE INGRESAR A LAS INSTALACIONES

Se realizará mediante la **cabina sanitizante**.



COMO USAR LA CABINA SANITIZANTE

PRIMER PASO

Ingresá a la cabina sin respirar.

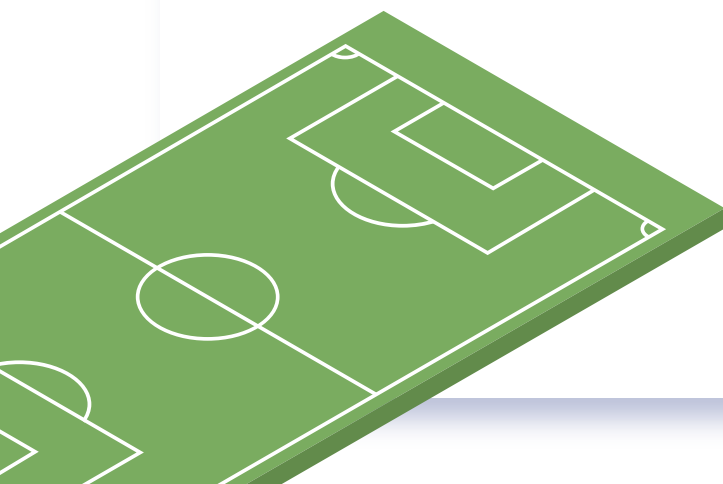
Caminá lentamente alzando los brazos con las palmas hacia el frente, hasta la mitad de la cabina.

SEGUNDO PASO

Adentro, dar un giro de 360° grados. Permanecé dentro **solo 5 segundos**.

TERCER PASO

Luego, salí caminando normalmente.





PROTOCOLO DE ENTRENAMIENTO EN ESPACIOS SEGUROS

DE ACUERDO A MEDIDAS SANITARIAS RECOMENDADAS
POR ORGANISMOS INTERNACIONALES COVID-19

DURANTE EL ENTRENAMIENTO

1 ENTRENAMIENTOS AL AIRE LIBRE

Nunca se entrenará en
lugares cerrados.
Espacios abiertos
de 10.000m²

2

NÚMERO DE PERSONAS ACOTADOS

Sólo podrán asistir cuatro jugadores.
Personal técnico y encargados de higiene.
Todos estarán informados del presente
protocolo y comprometidos en su
cumplimiento.

3



USO DE GUANTES DE LATEX

Obligatorio durante todo el entrenamiento.

4

RESPECTAR LAS DISTANCIAS INTERPERSONALES

En todo momento entrenar a no
menos de 20 m de distancia.

No contactarse con ningún ser
humano, a una distancia menor
de dos metros.





PROTOCOLO DE ENTRENAMIENTO EN ESPACIOS SEGUROS

DE ACUERDO A MEDIDAS SANITARIAS RECOMENDADAS POR ORGANISMOS INTERNACIONALES COVID-19

FINALIZADO EL ENTRENAMIENTO

1

DESECHAR GANTES DE LATEX



Retirar correctamente el guante, desde la muñeca hacia afuera. No tocar la zona exterior del guante.

Luego desecharlos en los lugares habilitados para tal fin.

2

LAVARSE BIEN LAS MANOS

Lavarse las manos por un minuto y colocar luego alcohol en gel.



3

LLEVARSE LOS ELEMENTOS PERSONALES UTILIZADOS



Y desechar aquellos elementos que no se volverán a utilizar.

4

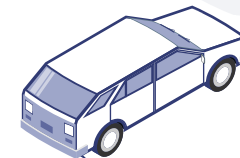
PASAR POR ZONA DE DESINFECCION ANTES DE SUBIR AL AUTO.

Mediante cabina sanitizante.



5

SUBIR AL AUTO.



COMO USAR LA CABINA SANITIZANTE

PRIMER PASO

Ingresá a la cabina sin respirar. Caminá lentamente alzando los brazos con las palmas hacia el frente, hasta la mitad de la cabina.

SEGUNDO PASO

Adentro, dar un giro de 360° grados. Permanecé dentro **solo 5 segundos**.

TERCER PASO

Luego, salí caminando normalmente.



PROTOCOLO DE ENTRENAMIENTO EN ESPACIOS SEGUROS

DE ACUERDO A MEDIDAS SANITARIAS RECOMENDADAS
POR ORGANISMOS INTERNACIONALES COVID-19

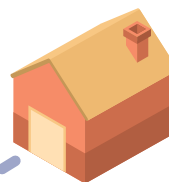
DEL ENTRENAMIENTO A LA CASA



AL LLEGAR AL HOGAR

Despojarse del calzado y dejarlos en el ingreso.
Previa limpieza en un estropajo con lavandina diluída.
Meterlos en una bolsa para su posterior desinfección.

2



3

DESPOJARSE DE TODA LA ROPA / BAÑARSE

Lo mismo se hará con las ropas de entrenamiento, toalla y ropa interior u otra prenda. Dejarlas en bolsas de nylon y después lavarlas con agua y lavandina. Bañarse inmediatamente, con mucha agua caliente y jabón.

**NO TOCAR NADA NI A NADIE
PREVIO AL BAÑO**

1

**DIRIGIRSE AL HOGAR
SIN ESCALAS Y SIN
ENTRAR EN CONTACTO
CON OTRA PERSONA.**



CUMPLIR CON EL AISLAMIENTO
SOCIAL Y PREVENTIVO.

NO COMPARTIR ARTICULOS
CON NADIE.

MANTENER LOS AMBIENTES BIEN
AIREADOS Y DESINFECTADOS.

QUE LAS MASCOTAS NO
SALGAN DEL HOGAR.



PROTOCOLO DE ENTRENAMIENTO EN ESPACIOS SEGUROS

DE ACUERDO A MEDIDAS SANITARIAS RECOMENDADAS
POR ORGANISMOS INTERNACIONALES COVID-19

DESINFECCIÓN DE LAS INSTALACIONES



LA INSTITUCION DISPONDRÁ PERSONAL DE LIMPIEZA PARA DESINFECTAR LAS INSTALACIONES Y LOS ELEMENTOS DE ENTRENAMIENTO

Se desinfectarán todos los elementos de uso común, así también como las instalaciones, cumplimentando con el **protocolo de higiene y salubridad** de los espacios a ser utilizados por el jugador.





PROTOCOLO DE ENTRENAMIENTO EN ESPACIOS SEGUROS

DE ACUERDO A MEDIDAS SANITARIAS RECOMENDADAS
POR ORGANISMOS INTERNACIONALES COVID-19

QUE ES UNA CABINA SANITIZANTE?

La **Cabina Sanitizante** para combatir el **Covid-19**, es un producto desarrollado para ayudar a la desinfección de lugares con flujo de personas.

Cuenta con un sistema de micro aspersores automáticos y sensores de movimiento que al ser cargado con el sanitizante, **es capaz de eliminar virus, bacterias y hongos** que puedan estar contenidos en la ropa, cabello u otros objetos.

Funciona de manera 100% autónoma. **Su acción no produce daños a personas, animales ni plantas.**

Es completamente inocuo y no requiere del uso de elementos de protección al ser aplicado.

Los ambientes, espacios y elementos tratados quedan **desinfectados** y sin olores en minutos.

Es seguro para el medio ambiente y esta aprobado en Estados Unidos por la FDA, EPA y USDA; aprobado por la Unión Europea, Rusia, Nueva Zelanda y Australia entre otros países.

COMO FUNCIONA



PASO 1

Se ingresa a la cabina sin respirar, caminando lentamente y alzando los brazos con las palmas hacia el frente.



PASO 2

En el centro de la cabina, dar un giro de 360° Permanecer dentro **solo 5 segundos.**



PASO 3

Salir caminando normalmete de la cabina.

El sistema la rocía con una mezcla de vapor de agua y sanitizantes que eliminan bacterias, virus y hongos.

Una vez finalizado, la protección es efectiva por hasta 12 horas.



Los clubes cuidamos la pasión de la gente.
Entre todos cuidamos a nuestros jugadores que son
el patrimonio más importante de los clubes.

Todos juntos cuidamos el fútbol.