

# COVID-19

## Guía básica para la práctica de básquetbol durante la pandemia

Departamento Médico del Comité de Crisis CABB - ADC,

VERSIÓN 1.0 (29 DE MAYO DE 2020)





**Versión 1.0 (29 de Mayo 2020)**

## **CONTENIDO**

- 1. Normativa**
- 2. Información general**
- 3. Introducción**
- 4. Objetivo**
- 5. Guía básica para la práctica de básquetbol durante la pandemia**
- 6. Características intrínsecas del básquetbol**
- 7. Marco teórico**
- 8. Protocolo vuelta a los entrenamientos**
- 9. Protocolo vuelta a la competencia**
- 10. Guía para los hoteles**
- 11. Definiciones útiles**
- 12. Atención kinesiológica**
- 13. Enlaces útiles**



ASOCIACION DE CLUBES  
de BASQUETBOL

Versión 1.0 (29 de Mayo 2020)

## NORMATIVA

*Atendiendo a los alcances de la particular situación del COVID-19, y viendo que por el Decreto N° 260 del 12 de marzo de 2020 del Poder Ejecutivo Nacional se amplió, por el plazo de UN (1) año, la emergencia pública en materia sanitaria establecida por la Ley N° 27.541, en virtud de la pandemia declarada por la ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD (OMS) en relación con el coronavirus (SARS-CoV-2) y la enfermedad que provoca el COVID-19.*

## INFORMACIÓN GENERAL

Este documento debe considerarse como una descripción general de la información disponible sobre el COVID-19. Gran parte de la información presentada se encuentra en sitios web internacionales de salud pública, en la Organización Mundial de la Salud (OMS), en el Ministerio de Salud Pública de la Nación, en sitios de Federaciones Internacionales y de medidas que preparan distintas federaciones nacionales. El documento es de carácter orientativo para el reinicio de la práctica de básquetbol.

### NUEVO COVID-19

El nuevo coronavirus o 2019-nCoV (COVID-19) es un nuevo virus identificado por primera vez a principios de diciembre de 2019 en Wuhan, China. Desde los primeros casos, lleva infectada a millones de personas y ha causado la muerte en cientos de miles en un período de cinco meses. El impacto en la actividad mundial ha sido devastador, incluso en el deporte internacional y doméstico.

El virus pertenece a la familia que incluye MERS y SARS, los cuales han tenido resultados alarmantes en el pasado. Si bien el COVID-19 no parece tener la misma tasa de mortalidad, ha sido más infeccioso y ha causado enfermedades importantes en los pulmones, el corazón, el cerebro, los intestinos, los riñones, el sistema inmunitario y otros órganos.

La ciencia médica está aprendiendo semana a semana sobre este nuevo virus. Es por esta razón que las medidas de este documento son de carácter orientativo y deben ser revisadas permanentemente y de acuerdo con las autoridades de Salud Pública.

Actualmente no existe tratamiento para COVID-19 y la única estrategia actual razonable es controlar su propagación, aplanar la incidencia, reforzar los servicios de atención médica y ganar tiempo mientras los científicos trabajan para conseguir una vacuna.

## INTRODUCCIÓN

Entendido entonces que, actualmente nos encontramos en una emergencia sanitaria según las autoridades de gobierno y de acuerdo con la pandemia declarada por la OMS. En este contexto y dependiendo de las decisiones que emanen de las autoridades de gobierno, Ministerio de Turismo y Deportes y la Secretaria de Deporte de la Nación, cada federación deportiva podrá iniciar sus entrenamientos y/o competencias únicamente cuando sea autorizada por estos. Se debe comprender que no existe un criterio único o universal de aplicación de protocolos y que este depende de las características intrínsecas de cada deporte o disciplina y de la situación sanitaria donde se desarrolle la actividad.



Entendemos que el resguardo de las normas y medidas velan por la salud y la integridad de todas aquellas personas afectadas a la actividad deportiva y que son de vital importancia en la búsqueda de condiciones de higiene y seguridad. Que las Instituciones afiliadas a la CABB y AdC, sean estos Clubes o Federaciones, comprenden las normas y las medidas precautorias y de cualquier otra índole que tengan por objeto prevenir, reducir, eliminar o aislar los riesgos que conllevan el inicio de la actividad. Que en este sentido y en aras a proteger la salud se remitirá la presente guía de carácter orientativo para el desarrollo y confección de protocolos en los Clubes y Federaciones.

Dadas las características en que se presenta la pandemia en el territorio nacional, que conlleva la modificación permanente del tipo y forma de cuarentena o aislamiento social preventivo obligatorio (ASPO), dispuesto por el Poder Ejecutivo Nacional, es que la presente guía debe actualizarse de acuerdo con las medidas, recomendaciones y la normativa vigente que emane del Gobierno Nacional, Provincial y Municipal en cada momento.

#### ALCANCES Y VIGENCIA

*Esta guía estará sujeta a la evolución de dos factores principalmente: el normativo de las autoridades de Gobierno y la evolución de la situación sanitaria de la pandemia.*

*Finalmente, se señala que este protocolo, si bien es orientativo, es de cumplimiento obligatorio para todos los deportistas federados, profesionales, árbitros, auxiliares, entrenadores y demás personal de apoyo que sean convocados a los entrenamientos y a la posterior competición. Todo ello sin perjuicio de las medidas de refuerzo de seguridad sanitaria que puedan ser impuestas por los clubes o entidades deportivas que deberán fundamentarse en rigurosas y estrictas normas de prevención y cuidado de la actividad a desarrollar*

*El contenido de esta guía no sustituye las legislaciones nacionales, provinciales y municipales y solo será aplicable una vez que las autoridades competentes hayan autorizado la reanudación de esta actividad deportiva.*

## OBJETIVO

Discutir las necesidades desde una perspectiva sanitaria para retomar los entrenamientos y si es posible, completar la temporada de la Liga Nacional de Básquetbol 2019-2020.

El objetivo no es "garantizar la seguridad al 100% de todos los participantes", sino reducir el riesgo de contagio a un mínimo justificable que permita retomar la actividad del básquetbol dada la importancia en términos sociales, sociopolíticos y económicos que implica para los clubes.

Se requieren medidas preventivas en varios niveles para abordar los desafíos médicos que enfrenta el básquetbol profesional debido a la pandemia de COVID-19.

El objetivo aquí es prevenir la infección para todos los involucrados, así como detener rápidamente la transmisión en caso de que la infección se presente. Intenta generar un protocolo con pautas básicas de aplicación antes, durante y después de la práctica del deporte y generar entornos seguros.



## GUÍA BÁSICA PARA LA PRÁCTICA DE BÁSQUETBOL DURANTE LA PANDEMIA

### Características intrínsecas del básquetbol con relación al COVID-19

El básquet es un deporte de conjunto, que se practica tanto de manera recreacional y amateur, como profesional. Es extremadamente dinámico, requiere una alta velocidad en la ejecución de los movimientos, mucha versatilidad, con contactos frecuentes de estructuras corporales entre los participantes.

La práctica de básquetbol no respeta la distancia recomendada entre personas propuesta por los Organismos de Salud bajo la situación particular del COVID-19. Es un deporte que se juega bajo techo y en una superficie reducida. En un desarrollo normal existe roce o contacto físico entre quienes lo practican y se comparten muchos de los materiales tanto deportivos como accesorios.

Tiene entre las características culturales la de saludarse chocando las manos, puños, festejos cuerpo a cuerpo, uso compartido de toallas, botellas o caramañolas, humedecer la suela del calzado con saliva, salivar en el suelo, etc.

En situaciones normales, ante una eventualidad médica, los jugadores son atendidos por personal de salud, médicos y kinesiólogos, que necesariamente tienen que tocar a los jugadores para realizar maniobras diagnósticas y tratamientos.

### MARCO TEÓRICO

#### Distancia social y distancia deportiva

Aunque aún carecemos de estudios de investigación sobre el comportamiento del nuevo coronavirus COVID-19, ya se sabe que el único método hasta la fecha para prevenirlo es el distanciamiento social de 1.5 a 2 metros y las pautas de higiene recomendadas.

Se encuentran aún en marcha investigaciones a nivel mundial que permitan definir con precisión cuál debería ser la distancia óptima que debe mantenerse entre personas durante la actividad física.

Algunos estudios sugieren de forma muy preliminar, que cuando el ser humano se desplaza en el espacio, la cinética de las gotitas de saliva que libera se modifica en comparación con la que presentan cuando se está de pie o estático, situación que conlleva a aumentar la distancia física al caminar o correr.

Cuando alguien durante una carrera respira, estornuda o tose, esas partículas se quedan en el aire y la persona que corre detrás, en el llamado flujo deslizante, atraviesa esta nube de gotitas de saliva mientras el resto se depositan sobre las superficies deportivas. Los investigadores llegaron a esta conclusión simulando gotitas de saliva de personas durante el movimiento y la recomendación sería mantenerse fuera de dicha corriente dado que, según esta investigación, las personas que estornudan o tosen esparcen gotas con una mayor fuerza y distancia. Se aconseja que, para caminar, la distancia de las personas que se mueven en la misma dirección y en la misma línea debe ser de al menos 4-5 metros y para correr de al menos 10 metros.



ASOCIACION DE CLUBES  
de BASQUETBOL

Versión 1.0 (29 de Mayo 2020)

## VUELTA A LOS ENTRENAMIENTOS

### **IMPORTANTE**

*No se podrá practicar básquetbol ni concurrir al club o lugar de práctica si:*

- Ha dado positivo a un testeo de COVID-19 y no ha recibido aún el alta médica correspondiente.*
- Ha estado en contacto con alguna persona infectada con COVID-19 en los últimos 14 días.*
- Tiene cualquiera de los síntomas informados como casos sospechosos (incluye pérdida de gusto, olfato, dificultad para hablar y caminar) o es parte de los grupos de riesgos definidos por el Ministerio de Salud de la Nación.*
- Es personal de riesgo por antecedentes de enfermedad o mayor a 65 años o según las disposiciones del Ministerio de Salud.*

## MEDIDAS GENERALES

- Medidas preventivas:** previo al inicio de los entrenamientos todo el equipo, jugadores, cuerpo técnico y personal de apoyo, deben someterse a un control de salud, historia clínica y en los casos de duda o por indicación médica realizar el test específico de confirmación diagnóstica para COVID-19 SARS-Cov-2. NEO Kit COVID-19.
- Medidas de tratamiento y vuelta a la práctica deportiva en caso de un test positivo:** el médico responsable junto a las autoridades sanitarias es quien decide de acuerdo a una valoración del estado de salud, valoración clínica, control periódico y test diagnóstico para COVID-19 SARS-Cov-2 negativo, la vuelta a los entrenamientos.
- CABB y la AdC pondrán a disposición todas sus vías de comunicación para difundir las normas de prevención y cuidado mediante campañas, así como la actualización de la información emanada del Ministerio de salud de la Nación, del Ministerio de Turismo y Deporte, y la Secretaría de Deportes.**



ASOCIACION DE CLUBES  
de BASQUETBOL

Versión 1.0 (29 de Mayo 2020)

## MEDIDAS PARA LOS CLUBES

### IMPORTANTE

- *Cumplir, velar y ejecutar toda legislación y normativa emanada por las autoridades competentes, sean estas nacionales, provinciales o municipales.*
- *Implementar un rígido protocolo de desinfección de sus instalaciones, antes, durante y después de la actividad diaria en línea con los protocolos oficiales de seguridad e higiene.*
- *Controlar estricta y metódicamente el cumplimiento de las medidas adoptadas en la presente guía.*
- *Adoptar rigurosamente toda normativa de seguridad laboral dictada por las autoridades competentes ante la emergencia.*
- *No dejar trabajar aquellas personas con más de 65 años, o menores de 65, y con enfermedades crónicas o antecedentes médicos de importancia que aumenten el riesgo de contagio y complicaciones.*

## MEDIDAS GENERALES

1. Las medidas de desinfección y limpieza deberán ajustarse a las disposiciones y normas de seguridad que las autoridades nacionales, provinciales y/o municipales dispongan en la apertura de los espacios deportivos.
2. El ingreso a las instituciones debe hacerse con una lista preestablecida de personas autorizadas, pudiendo participar únicamente deportistas, cuerpo técnico, cuerpo médico y personal de apoyo del club, los que deberán estar claramente identificados para ingresar a las instalaciones. No se permitirá el ingreso de personas que no estén autorizadas previamente.
3. El club llevará un estricto control y conteo del personal que ingresa a su institución.
4. Mantener informado al personal autorizado de todas las disposiciones especiales ante la emergencia, incluyendo las específicas que pueda haber implementado la institución respecto al uso de las instalaciones y sobre las restricciones que se quisieran implementar.
5. Solo permitir el ingreso al club a aquellas personas exceptuadas del aislamiento social, preventivo y obligatorio y que sean indispensables para llevar adelante los entrenamientos.
6. Se estipulará un ingreso limitado de deportistas según la cantidad de canchas que posea cada sede social. No se permitirá el ingreso de acompañantes a los entrenamientos.



7. En caso de que el club cuente con termómetro infrarrojo y cabinas de desinfección, o sanitización, se podrá tomar la temperatura de jugadores, del personal y solicitar el paso por dichas cabinas.
8. El club debe desinfectar profundamente con soluciones recomendadas, alcohol al 70 %, hipoclorito de sodio o lavandina diluida, o cualquier solución propuesta por los organismos oficiales o especialistas; los espacios de uso común, las superficies y los materiales deportivos que se fueran a utilizar y de tránsito. Seguir las normativas de limpieza.
9. Se recomienda realizar la desinfección al menos 15 minutos antes del inicio de los entrenamientos y repetirla cada vez que cambia el grupo de deportistas. Debe haber un mínimo de tiempo entre los grupos de entrenamiento para poder higienizar y permitir el secado del piso y las áreas de trabajo.
10. En el caso de gimnasios y/o espacios reducidos (usados para entrenamiento con pesas) los entrenamientos deberían ser en grupos más reducidos (calcular persona por metro cuadrado según normativas) y la higienización debe hacerse en cada aparato y entre sesiones. Disponer de rociadores con soluciones desinfectantes para que cada jugador pueda higienizar las superficies de contacto y alcohol en gel en el lugar.
11. Disponer de abundante jabón líquido, alcohol en gel y soluciones desinfectantes en vestuarios, sanitarios, espacios de uso común y demás lugares de tránsito.
12. Se dispondrán "estaciones" de limpieza de manos, exigiendo a todos los deportistas que realicen el correspondiente lavado de estas con como mínimo durante cuarenta segundos (palma, dorso, muñeca, dedos y entre dedos).
13. De no contar con dicha "estación" se proporcionará al deportista, alcohol en gel y otros elementos de desinfección como rociadores con alcohol diluido al 70 % u otros productos. Si el club posee, podrán ser desinfectadas sus ropas y otros elementos mediante cabinas o arcos sanitizantes.
14. Se pondrán gráficas con la información de los cuidados que se deben respetar constantemente.
15. Los horarios de comienzo y finalización de los entrenamientos serán estrictos. Se exigirá puntualidad para evitar esperas y aglomeración de personas.
16. Disponer de recipientes para salivar. No se puede salivar o escupir en las superficies o materiales deportivos. (armar cartelería con comunicación).
17. Ventilar estadios y lugares de entrenamiento, gimnasios, etc.





ASOCIACION DE CLUBES  
de BASQUETBOL

Versión 1.0 (29 de Mayo 2020)

18. Higienizar y desinfectar mesa de control, bancos de suplentes y superficies deportivas en general.
19. Higienizar y desinfectar balones de entrenamiento, juego y material deportivo.
20. Disponer de trapos húmedos con lavandina diluida para la higiene de suelas y calzado en los lugares de tránsito y visibles.

## MEDIDAS PARA LOS JUGADORES/AS Y PERSONAL EN GENERAL

### IMPORTANTE

*Llevar siempre:*

*Kit de Higiene personal: alcohol al 70% líquido o en aerosol, alcohol en gel, jabón líquido, toallas higiénicas con desinfectante y demás productos de desinfección.*

*Kit de Protección: barbijo y/o mascarilla o tapaboca. Protector facial.*

1. Medidas higiénicas y de cuidado personal: cada persona o jugador/a debe estar capacitada para realizar una autoevaluación previa a las sesiones de entrenamientos mediante control de temperatura corporal y encuesta en salud (se recomienda usar la app oficial COVID-19 CUIDAR y repetir cada 48 horas). Ante la presencia de datos positivos comunicarse inmediatamente con el médico.
2. Si la temperatura corporal supera los 37,5 ° C y se acompaña de algún otro síntoma de COVID-19 deberá abstenerse de concurrir a la institución y llamar al médico y al servicio de emergencia.
3. De casa al entrenamiento y del entrenamiento a casa: los traslados deben ser individuales, sin acompañantes, se recomienda usar barbijo y llevar el kit de higiene personal, mantener siempre el distanciamiento social en caso de traslados a pie. Se desaconseja utilizar el transporte público. Cada jugador debe llevar su propia indumentaria y elementos de uso personal, botella, bolso, toalla, etc. correctamente desinfectados e identificados.
4. Recordar que al movilizarse hacia la institución o de regreso a su domicilio, le pueden solicitar permiso de circulación y DNI. Solicitar autorización según normativa local.
5. Llegar con la anticipación suficiente al horario asignado para poder cumplir con el protocolo de entrada al club y las medidas de seguridad adoptadas por este.
6. Acceso y egreso de los lugares de entrenamiento: al llegar al club llevar solamente los objetos necesarios para el entrenamiento, evitar bajar objetos personales como teléfono celular, lentes, llaves, etc. Se debe acceder por zona segura (correctamente señalizada por el club) donde se han practicado las medidas de higiene y seguridad. Recordar mantener distanciamiento social en todo momento.



ASOCIACION DE CLUBES  
de BASQUETBOL

Versión 1.0 (29 de Mayo 2020)

7. Aseo personal tras los entrenamientos: se recomienda que cada jugador se lave bien las manos en el club y luego en su propio domicilio. En caso de que los vestuarios cumplan con las medidas de higiene fuertemente recomendadas se podrán utilizar en tanto se respete el distanciamiento social en todo momento.
8. En caso de que el club posea cabina sanitizante, se recomienda pasar al egreso.
9. Distanciamiento durante la práctica: se recomienda entrenar de a grupos acotados para asegurar la distancia entre jugadores/as de acuerdo con las normas para el deporte. El entrenador, asistente, preparador físico, y los auxiliares deben respetar el distanciamiento social.
10. Se conservará en todo momento la distancia recomendada entre deportistas y entre éstos y entrenadores / preparadores físicos.
11. Al terminar la práctica higienizarse las manos y de vuelta al hogar poner a lavar la ropa con temperatura de 60° o superior, higienizar elementos personales y bañarse. Desinfectar bien el calzado.

*Momentáneamente quedan prohibidos los trabajos de equipo y todos aquellos que impliquen la posibilidad de contacto con un oponente o donde no se cumpla el distanciamiento social deportivo.*

## HÁBITOS Y OTRAS CUESTIONES PARA JUGADORES/AS Y PERSONAL EN GENERAL

1. Quedarse en casa el mayor tiempo posible. Ventilar bien los ambientes
2. Evitar eventos sociales masivos y concentraciones de gente.
3. Evitar o usar lo menos posible el transporte público.
4. Lavarse bien las manos con agua y con jabón en todo momento.
5. Recordar toser y estornudar en el pliegue del codo.
6. Mantener distanciamiento social.
7. Usar barbijo o barrera con tapaboca, protector facial. Usarlo dentro de las instalaciones deportivas, salvo para entrenar.
8. No tocarse la cara.
9. Limpiar objetos personales de uso diario. Limpiar y desinfectar profundamente su casa.
10. No compartir mate, vajilla, ni objetos de uso personal con otras personas.
11. No salivar en el campo de juego durante la práctica deportiva.
12. No saludarse con las manos ni chocarse los 5 ni el puño.



ASOCIACION DE CLUBES  
de BASQUETBOL

Versión 1.0 (29 de Mayo 2020)

13. Evitar por el momento los festejos con abrazos y besos.
14. No compartir toallas. El uso es individual. Mantenerlas identificadas.
15. No compartir bidones, botellas ni caramañolas. El uso es individual.
16. No compartir otros objetos personales.
17. No salivar ni pasar la lengua por las manos para humedecer la suela.
18. No usar las manos para limpiar las zapatillas.

**IMPORTANTE:** Ante la presencia de los siguientes síntomas consultar al médico y quedarse en casa: tos, dolor de garganta, dificultad para respirar, fiebre 37°. 5, falta de gusto y olfato, dificultad para hablar y caminar.

## VUELTA A LA COMPETENCIA

1. El plazo estimado de vuelta a la competición en caso de levantamiento de la cuarentena se estima en un 50 % del tiempo que se estuvo parado. Cuatro a seis semanas como mínimo. Se debe contemplar que no es lo mismo que volver de una postemporada, los preparadores físicos necesitan evaluar el estado físico de los jugadores y planificar entrenamientos de adaptación y recuperar fuerza, resistencia y movilidad. Es importante respetar el periodo de acondicionamiento para evitar lesiones de portivas.
2. En caso de que se reinicien los torneos, en una segunda etapa, se dispondrá de un protocolo para la logística de traslados, de hotelería, la elección de una locación segura para el evento y de ser posible libre de COVID-19. Se garantizará que todas las personas involucradas en el evento hayan dado negativo para el análisis de COVID-19 y cuenten con un certificado médico a tal fin. Se tomarán las medidas tendientes a mitigar el riesgo y se establecerán medidas de seguridad y control especiales. El objetivo es crear una "burbuja" libre de COVID-19 o de riesgo muy bajo y justificable.
3. Para crear dicha "burbuja" es necesario tomar medidas adicionales en los estadios, instalaciones de entrenamiento, hotelería y durante los viajes. Reforzar las medidas incluidas en el presente documento y extenderlas a otros grupos de personas que se sumarán en la competencia (ej. personal de prensa, árbitros, comisionados, directivos, personal de seguridad, personal de control de dopaje, etc) tratando que sean lo mínimo posible. Es importante que cada club disponga de personas que oficialmente controle el cumplimiento de las medidas de higiene y seguridad de este documento.
4. Cabe señalar que las personas que hayan sido identificadas como casos sospechosos o confirmados deben ser excluidas de las actividades de entrenamiento y competencia.



ASOCIACION DE CLUBES  
de BASQUETBOL

Versión 1.0 (29 de Mayo 2020)

## GUÍA PARA LOS ENTRENAMIENTOS DURANTE LA COMPETENCIA

### IMPORTANTE

*Antes de comenzar los entrenamientos en la sede designada, se requiere al menos una prueba para COVID-19 (realizada por personal competente) de todos los involucrados y preferiblemente dentro de los 5 días (inclusive) hasta el día anterior al inicio de los entrenamientos. Adicionalmente se podrá requerir otra prueba durante el evento.*

1. Al menos 3 días antes del comienzo del torneo se realizará una limpieza profunda de las instalaciones (estadio y centros de entrenamientos) y pasarán a cuarentena. No se podrán utilizar en dicho periodo.
2. Cumplir con las medidas básicas de higiene (desinfección de manos, tos y estornudos en pliegue del codo, distanciamiento, barbijo, etc.) según las instrucciones de la guía y el personal de higiene.
3. Se debe minimizar el tiempo que se pasa en el vestuario antes y después del entrenamiento, al igual que la duración y la intensidad del contacto con otras personas.
4. Informar de inmediato si jugadores, cuerpo técnico, personal y empleados con acceso a las instalaciones tienen "síntomas de infección".
5. El control de entrada supervisa el acceso a las instalaciones y lleva registro de la cantidad de personas admitidas. Se establecerá un cupo limitado de admisión.
6. El entrenamiento siempre debe realizarse con la cantidad indispensable de personas.
7. Confirmación obligatoria y por escrito (de manera electrónica) del estado asintomático de las personas que están acudiendo al entrenamiento. Control de temperatura y paso por cabina sanitizante al ingresar al edificio de entrenamiento.
8. Desinfección pormenorizada de todas las superficies de contacto, tránsito, espacios comunes entre turnos y al finalizar los entrenamientos.
9. Las reuniones de equipo solo se podrán hacer respetando el distanciamiento suficiente y en espacios suficientemente grandes.
10. Asegurar una buena ventilación de vestuarios y lugar de entrenamiento.



ASOCIACION DE CLUBES  
de BASQUETBOL

Versión 1.0 (29 de Mayo 2020)

11. Tratar de usar los espacios comunes (vestuarios, duchas) solo en pequeños grupos asegurando una distancia mínima de 2 m, aunque es aconsejable dividirse en diferentes salas al mismo tiempo; alternativamente, ducharse en casa u hotel.
12. Usar gimnasio o sala de fitness en pequeños grupos según el tamaño de la sala con máscara facial y desinfectar constantemente. Cumplir con las distancias mínimas.
13. Médicos y kinesiólogos, utilizar equipo de EPP. Asignar turnos de tratamiento y mantener desinfectados los instrumentos, equipo y material médico y de kinesiología. Usar la menor cantidad posible de equipamiento médico. Respetar distancia mínima.
14. Las puertas que puedan permanecer abiertas, dejarlas abiertas para evitar contacto con manijas y picaportes.

## GUÍA DE ORGANIZACIÓN PARA EL ESTADIO EN EL DÍA DE LA COMPETENCIA.

Conceptos básicos para la zonificación, planificación estática, dinámica y requisitos del personal. Una forma práctica para poder controlar el evento en función de la pandemia sería dividir el estadio en zonas, siendo la zona 1 el interior, la zona 2 las tribunas, gradas y la zona 3 el exterior.

- **Zona 1:** el "interior" incluye no solo los grupos requeridos exclusivamente para el manejo del partido (jugadores, cuerpo técnico, árbitros, médicos y kinesiólogos, personal de seguridad, personal de limpieza, prensa, etc) .
- **Zona 2:** las "tribunas, gradas" se refieren a la sección de gradas del estadio. Esto incluye no solo los asientos habituales, sino también los soportes multimedia, cámaras, asientos especiales, staff de control de dopaje.
- **Zona 3:** el "exterior del estadio" se extiende hasta el límite exterior del estadio donde el club tiene derechos de propiedad y control sobre el espacio (estacionamiento propio, acceso de jugadores y personal, zona de controles). Fuera de esta zona se encuentra el espacio público.

Es conveniente establecer un número máximo de personas para cada zona que debe ser controlado por personal de seguridad. Hasta el momento de confección de esta guía los hinchas o fans no pueden estar presentes en ninguna de las tres zonas. El club local es responsable de este control.



ASOCIACION DE CLUBES  
de BASQUETBOL

Versión 1.0 (29 de Mayo 2020)

**IMPORTANTE:** El personal necesario para el manejo de partidos y estadios debe limitarse al mínimo absoluto.

La planificación estática nos va a decir la cantidad de personal necesaria para cada zona al momento del partido y la planificación dinámica el número de personas por zona en diferentes horarios del día del partido. Es decir que hay zonas que por momentos van a necesitar más personas que otras en función de su actividad, pero siempre respetando el máximo posible de personas por área.

Para establecer la planificación dinámica del día del partido es importante fijar una hora de inicio y cierre de todas las actividades y asignar horarios para las mismas. Los trabajos preparatorios deben concluir mucho antes de que los equipos lleguen al estadio. La llegada de los equipos debe ser programada y con un horario para cada uno así se evita la aglomeración de personas. Llegar con barbijos o máscaras faciales y recordar tener siempre el kit de higiene personal. Respetar el distanciamiento y seguir las indicaciones del personal de seguridad y del club. Respetar las señales y carteles indicadores. Cada persona que ingrese debe dirigirse a su zona indicada en la acreditación.

Cada una de las personas que tiene funciones en el evento estará debidamente acreditada e identificada con acceso solo a su zona.

Es importante contar con la señalética indicadora de la dinámica del personal.

**Ejemplos de Zonificación** (números y rubros son para ejemplificar)

ZONA 1		ZONA 2		ZONA 3	
JUGADORES	24	POLICÍA	2	SEGURIDAD	6
CUERPO TÉCNICO	10	OP. DEL ESTADIO	4	OP. DEL ESTADIO	4
ÁRBITROS	3	DELEGADOS	2	ESTACIONAMIENTO	2
MESA DE CONTROL	5	CUERPO TÉCNICO	2	LIC. ESPECIALES	2
LIMPIEZA	2	ORGANIZADORES	4	MÓVILES PRENSA	4
SEGURIDAD	2	OP. CÁMARAS	4		
FOTÓGRAFOS	2	PRENSA	4		
SERVICIO MÉDICO	3	LIC. ESPECIALES	6		
		STAFF DOPAJES	2		
TOTAL	46	TOTAL	30	TOTAL	18



## GUÍA PARA LOS HOTELES DURANTE LA COMPETENCIA

1. Se recomienda tomar contacto previo con el hotel para saber si cumple con las medidas de seguridad para estos casos y requeridas por el club o la organización.
2. Coordinar con el hotel una visita previa para chequear las medidas y las condiciones de higiene y seguridad de (cocina, lavadero, habitaciones, salas, salón comedor, seguridad, etc) .
3. Las delegaciones deben conformarse solo por el personal indispensable, evitar llevar personal en riesgo por antecedentes médicos o condición preexistente.
4. Hotel exclusivo para los equipos o piso por equipo. Contar con áreas exclusivas para evitar el contacto con otros huéspedes del hotel, si la exclusividad no es posible. Tratar de contar con entrada exclusiva para equipos, áreas exclusivas para actividades de equipo, salón comedor aparte, sala de reuniones, ascensor exclusivo.
5. Se recomienda no utilizar otros espacios comunes, spa, natatorio, fitness room.
6. El hotel debe proporcionar todos los elementos de higiene de la presente guía. Alcohol, desinfectante de manos, rociadores, etc.
7. Idealmente se asignarán habitaciones individuales.
8. Desinfección especial / minuciosa y limpieza de las habitaciones y espacios utilizados por el equipo inmediatamente antes de que el equipo se registre. Asegurar una buena ventilación.
9. No limpiar las habitaciones mientras el equipo está en el hotel. Disponer de abundantes artículos de limpieza y sanitarios, toallas, jabones, shampoo, etc para varios días.
10. Que el personal de limpieza circule lo menos posible durante la estadía en el sector de los equipos. Solo para tareas indispensables.
11. El personal del hotel debe usar máscaras faciales, desinfectarse las manos regularmente y estar informado y capacitado en prevención y limpieza especial según recomendaciones oficiales. No tendrán acceso al hotel si tienen síntomas de infección.
12. Proporcionar alimentos y bebidas en las habitaciones para evitar salir del hotel. Evitar autoservicio / buffet. Para las comidas principales el hotel asegurará personal mínimo y con pruebas realizadas para COVID-19.
13. No limpiar el salón comedor hasta que los jugadores y cuerpo técnico se hayan retirado del mismo.



ASOCIACION DE CLUBES  
de BASQUETBOL

Versión 1.0 (29 de Mayo 2020)

14. Usar habitaciones con opciones de ventilación adecuadas, de lo contrario no poner el aire acondicionado excesivamente seco (21 ° C, humedad: 50-60%).
15. No compartir, teléfonos móviles, tabletas, PlayStation, etc. Con otras personas.
16. Se debe tratar de que solo las personas esenciales vayan al entrenamiento y que se sumen las demás directamente al partido.

## DEFINICIONES

Casos sospechosos de infección son aquellas personas que:

- Presenten temperatura superior a 37,5 ° C y uno o más de los síntomas siguientes: tos, dolor de garganta, dificultad respiratoria, falta de olfato o gusto (sin otra enfermedad que explique completamente el cuadro clínico), dificultad para hablar y caminar.
- Antecedentes de haber viajado o residido en zonas de nuestro país con transmisión local de COVID-19 (comunitaria o por conglomerado).
- Hayan tenido en los últimos 14 días contacto con un caso confirmado o una persona bajo investigación por COVID-19.

Contacto estrecho:

Cualquier persona que haya permanecido a una distancia menor a 2 metros (ej. convivientes, visitas) con un caso probable o confirmado de COVID-19 mientras presentaba síntomas.

En caso de un caso sospechoso se deberá:

Activar el protocolo para estos casos. Aislar a la persona y asegurarse que use el tapaboca o barbijo la mayor parte del tiempo. Evitar tocar sus pertenencias. Llamar a los teléfonos de emergencia por COVID-19 correspondientes y notificar que hay una persona considerada caso sospechoso de coronavirus. Evitar contacto hasta que el sistema de emergencia dé las indicaciones correspondientes. Lavarse las manos con agua y jabón, y desinfectarse con solución hidroalcohólica al 70 %.

Tomar las medidas preventivas para el personal que detectó los síntomas o estuvo en contacto de acuerdo con los lineamientos que disponga la autoridad sanitaria. Una vez que el deportista o tercero considerado sospechoso se retiró de las instalaciones, se deberá realizar la limpieza y desinfección de todas los materiales y lugares que hayan estado en contacto con el mismo y controlar al grupo que tuvo contacto directo.





**CASO CONFIRMADO:**

**IMPORTANTE:** ante un caso positivos de COVID-19, activar protocolo para caso confirmado, informar a las autoridades sanitarias, aislar de inmediato a la persona, controlar a los casos sospechosos y llevar registro, a fin de iniciar selectivamente más pruebas o test para COVID-19.

1. Ante la posibilidad de un caso positivo de COVID-19, se recomienda aislamiento en su domicilio, monitoreo por personal de salud, desinfección de la vivienda y testeo a su grupo familiar. Seguir protocolos oficiales para estos casos según jurisdicción.
2. Se deberá colaborar en todo momento con las autoridades sanitarias competentes para el seguimiento epidemiológico del caso.
3. Se aislará inmediatamente al jugador, trabajador o personal de apoyo que formaron parte del caso positivo, de acuerdo con las recomendaciones e instrucciones que imparta la autoridad sanitaria competente.
4. En el caso de una prueba positiva para COVID-19 sin enfermedad, se puede llevar a cabo un programa de entrenamiento personal en casa en consulta con el médico del equipo.
5. Se seguirán las indicaciones de limpieza y desinfección emanadas de la autoridad sanitaria, que podrán incluir la ejecución de un procedimiento especial e integral de limpieza y desinfección total. Limpieza y desinfección de las superficies con las que ha estado en contacto la persona positiva. La limpieza y desinfección se realizará con un desinfectante incluido en la política de limpieza y desinfección de la autoridad sanitaria.
6. El personal de limpieza utilizará equipo de protección personal (EPP) adecuado para la prevención de infección.
7. Mínimo equipo con tapaboca, guantes y protección ocular.
8. Solo si la autoridad sanitaria lo habilita, y una vez comprobada y acreditada la finalización del procedimiento de limpieza y desinfección total del área mencionada se podrán volver a habilitar las instalaciones.
9. ¿Qué hago en casa ante un caso confirmado de un integrante del grupo familiar? La autoridad de salud establece los pasos a seguir caso por caso. Generalmente: permanecer en su casa / departamento, mantener distancia de los demás, no recibir visitas, evitar contacto físico. Los otros miembros del hogar deben, permanecer en habitaciones diferentes o, si no es posible, mantener una distancia de al menos 1 metro, dormir en camas separadas, usar baños separados si es posible, asegurarse que las habitaciones del hogar (cocina, baño) estén bien ventiladas. Es decir, mantener las ventanas abiertas de ser posible.



10. Evitar el contacto directo con fluidos corporales, en particular los del área de la boca, garganta y de las vías respiratorias. Limpiar y desinfectar las superficies que se tocan con frecuencia. Tenga en cuenta sus contactos y observe su estado de salud. No comparta artículos para el hogar (platos, cubiertos, ropa, etc.) sin lavarlos primero con detergente y agua caliente, 60° o más. Evitar el contacto con artículos potencialmente contaminados (por ejemplo, cepillos de dientes, platos, bebidas, toallas, ropa de cama). Usar guantes descartables al limpiar y al manipular objetos.

**Importante:**

*Los criterios para salir del aislamiento y cuarentena domiciliaria después del contagio generalmente no son antes de los 14 días desde del inicio de los síntomas o exposición al virus. Los detalles específicos sobre el regreso deben discutirse con las autoridades sanitarias locales.*

## ANEXO - ATENCIÓN KINESIOLÓGICA

*Las siguientes son recomendaciones para la atención kinesiológica realizada por los kinesiólogos de equipos de la Liga Nacional de Básquetbol.*

### Recomendaciones durante el trabajo en el Área de Tratamiento

- **Vestimenta.** Debido al trabajo que se realiza tanto en la cancha como a un costado de esta, se sugiere utilizar el equipo de protección personal (EPP), barbijo de tres capas, antiparras, máscara facial y guantes descartables de látex o de nitrilo. El calzado deberá estar protegido por botas descartables.
- **Organizar y preparar el área de trabajo con los elementos esenciales** (vestimenta, mobiliario, desinfección, etc.) para la práctica a realizar.
- **Atención individualizada.** No deberán hacerse sesiones grupales, la atención será individual y coordinada previamente con el profesional en la modalidad de turnos por hora programada.
- **El profesional autorizará el ingreso del jugador al área de tratamiento** previo paso por alfombra de desinfección colocada al ingreso de esta y luego de realizar la higiene correspondiente (lavado de manos, etc.).
- **Será obligatorio el uso de barbijo por parte de jugador desde el comienzo del tratamiento o evaluación hasta su retirada del área de tratamiento.**
- **Realizar la actividad con indumentaria y con material profesional descartable** descrito anteriormente, evitando que el jugador tenga contacto lo menor posible con los elementos de uso profesional. Se aconseja tener especial precaución con tratamientos que necesiten un acercamiento con el jugador.



- Finalizada la atención retirar los elementos de protección utilizados por el jugador, desinfectar el área de tratamiento y proceder al desecho de los materiales utilizados o su correspondiente esterilización. Indicar al jugador que deseche los materiales extras que se hayan utilizado, que realice el lavado de manos y desinfección correspondiente de calzado y proceda a retirarse programando la próxima visita, de ser necesario.
- Los elementos de protección personal utilizados deberán ser retirados y desechados como así también proceder a la desinfección total de todos los elementos personales y mobiliarios de atención que fueron utilizados.

#### Recomendaciones para el campo de juego

- **Vestimenta.** Debido al trabajo que se realiza tanto en la cancha como a un costado de la misma, se sugiere utilizar el EPP, barbijo de tres capas, antiparras, máscara facial y guantes descartables de látex o de vinilo. El calzado deberá estar protegido por botas descartables. El traje de protección será colocado antes de entrar a la cancha en el sector del consultorio de kinesiología, previa higiene de manos y lavado con alcohol en gel. Se adoptará la técnica de colocación de equipo de protección personal (EPP) sugerida en los protocolos oficiales. El Kinesiólogo deberá higienizar la suela de las zapatillas en trapo humedecido con lavandina antes de pisar el parquet y luego se colocará las botas de protección.
- El kinesiólogo descartará los guantes en un recipiente debidamente señalado como de "Residuos con material descartable" y los cambiará por guantes nuevos después de cada intervención o atención a un jugador.
- Debe existir otro recipiente con bolsa roja para descartar material contaminado con sangre o fluidos corporales.
- El uso de toallas por parte de los jugadores, para asistir trabajos de elongación o movilización, debe ser individual y las técnicas manuales y masajes se realizarán con guantes descartables.
- Las cremas o aceites que se utilicen serán de uso personal de cada jugador.
- Durante la práctica del juego o del entrenamiento, el kinesiólogo deberá cambiar el EPP por uno nuevo y descartará el usado en el recipiente correspondiente. Este procedimiento se realizará mediante protocolo oficial siguiendo las normas establecidas.
- En la ubicación del banco de suplentes se evitarán las intervenciones médicas de emergencia, quedando ellas a cargo del médico del equipo.
- El kinesiólogo podrá asistir al médico si la situación lo requiriera.
- El traslado de un jugador lesionado hasta el consultorio, deberá realizarse mediante camilla o silla de ruedas.



ASOCIACION DE CLUBES  
de BASQUETBOL

Versión 1.0 (29 de Mayo 2020)

#### **IMPORTANTE**

##### *Aplicaciones útiles*

*App: COVID-19 del Ministerio de Salud, aquí se puede encontrar información útil, actualizada y la autoevaluación de tu salud on-line, las recomendaciones del Ministerio de Salud de la Nación.*

*APP Cuidar. Autoevaluación de estado de salud para COVID-19*

*App mi argentina. Permisos de circulación.*

#### **Enlaces Útiles**

<https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19>

[https://play.google.com/store/apps/details?id=ar.gob.coronavirus&hl=es\\_AR](https://play.google.com/store/apps/details?id=ar.gob.coronavirus&hl=es_AR)

#### **Enlaces cabinas sanitizantes**

<http://kroner.com.ar/>

[http://www.borges1885.com.ar/cabinas\\_sanitizantes.php](http://www.borges1885.com.ar/cabinas_sanitizantes.php)

<http://www.cuboxpvc.com.ar/>

#### **Teléfonos de emergencias para coronavirus**

Ministerio de Salud de la Nación - Nueva línea 120

Provincia Buenos Aires - Línea 148

Buenos Aires Ciudad - 107 - SAME

Emergencias de cada provincia o municipio