

	<p>REAL FEDERACIÓN DE FÚTBOL DE MADRID</p>	<p><u>Protocolo de Protección y</u> <u>Prevención ante COVID-19 en</u> <u>Entrenamientos y/o</u> <u>Competición</u></p>	<p>Versión 1.12 04-10-2021</p>
---	--	---	---



PROTOCOLO DE PROTECCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD FRENTE AL COVID-19 EN ENTRENAMIENTOS Y/O COMPETICIÓN DE LA REAL FEDERACIÓN DE FÚTBOL DE MADRID ¹

Revisión	Fecha
Versión 1.2	Junio 2020
Versión 1.3	15 de Julio de 2020
Versión 1.4	31 de Julio de 2020
Versión 1.5	11 de Agosto de 2020
Versión 1.6	27 de Agosto de 2020
Versión 1.7	21 de Octubre de 2020
Versión 1.8	6 de Diciembre de 2020
Versión 1.9	14 de Mayo de 2021
Versión 1.10	17 de Agosto de 2021
Versión 1.11	20 de Septiembre de 2021
Versión 1.12	04 de Octubre de 2021

¹ En base al título IX - Actividad Deportiva de la Orden 1244/2021, de 1 de octubre, de la Consejería de Sanidad, por la que se establecen medidas preventivas para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.



REAL
FEDERACIÓN
DE FÚTBOL
DE MADRID

**Protocolo de Protección y
Prevención ante COVID-19 en
Entrenamientos y/o
Competición**

Versión 1.12
04-10-2021

1

Contenido

1	Título y Objetivos	2
2	Ámbito.....	2
2.1	Modalidad Deportiva	2
2.2	Descripción y riesgos de la actividad de fútbol para todas las categorías de la RFFM	2
3	Disposiciones e información sobre medidas preventivas.	3
3.1	Disposiciones Generales.....	3
3.2	Información sobre las medidas de limpieza y desinfección de zonas deportivas.	5
3.3	Información sobre las medidas en las instalaciones deportivas y de los trabajadores o técnicos deportivos en el lugar de trabajo.	5
3.4	Información sobre las obligaciones de los usuarios y para el acceso y uso de la instalación.	11
3.5	Desplazamientos.....	12
3.6	Disposiciones para los clubs o asociaciones.	12
4	Disposiciones con respecto al inicio de los entrenamientos o de las competiciones deportivas	13
5	Protocolo de contingencia ante personas con síntomas de infección por COVID-19	14
	ANEXO I	16
	ANEXO II	25
	ANEXO III	27



REAL
FEDERACIÓN
DE FÚTBOL
DE MADRID

**Protocolo de Protección y
Prevención ante COVID-19 en
Entrenamientos y/o
Competición**

Versión 1.12
04-10-2021

2

1 Título y Objetivos

Por medio del presente Protocolo, en cumplimiento del mandato legislativo previsto en el título IX de la ORDEN 1244/2021, de 1 de octubre, (se entenderá siempre que esta referencia a la propia Orden incluirá también las distintas órdenes posteriores que puedan modificarla), de la Consejería de Sanidad, la Real Federación de Fútbol de Madrid viene en establecer los criterios y parámetros, mínimos a considerar, en materia sobre la protección y prevención de la salud frente al COVID-19 en todas las actividades de entrenamiento y/o competición dentro del ámbito federado de la Real Federación de Fútbol de Madrid.

Versión 1.12 actualizada a fecha 04 de Octubre de 2021.

Los objetivos de este protocolo son estipular las bases y dar las directrices generales para guiar un plan de prevención y mitigación de los contagios del COVID-19 durante el desarrollo de las actividades, entendiendo por estas, competiciones oficiales, entrenamientos y eventos bajo la competencia de la Real Federación de Fútbol de Madrid. Todo ello, sin perjuicio de la obligación de cada instalación deportiva de publicar un protocolo para conocimiento general de sus usuarios y que debe contemplar las distintas especificaciones en función de la tipología de la instalación.

2 Ámbito

2.1 Modalidad Deportiva

La Real Federación de Fútbol de Madrid dispone del siguiente protocolo para las modalidades de ámbito autonómico de fútbol once (f-11), fútbol siete (f-7) y fútbol cinco (f-5) y para las categorías tanto masculinas como femeninas que se detallan a continuación: Senior, Juvenil, Cadete, Infantil, Alevín, Benjamín, Prebenjamín y Debutantes.

Las competiciones organizadas por esta Federación son consideradas de carácter no profesional, pudiendo participar deportistas con contrato profesional, en el caso de futbolistas en las categorías Senior, Juvenil y Cadete.

2.2 Descripción y riesgos de la actividad de fútbol para todas las categorías de la RFFM

El deporte del fútbol está catalogado como actividad con contacto moderado o limitado, donde no se requiere para su desarrollo, pero que puede darse levemente durante su práctica entre deportistas o a través del balón, siendo las Reglas de Juego las limitadoras y sancionadoras del mismo.

La práctica deportiva se realiza en instalaciones al aire libre, profesional o no profesional, con o sin espectadores, sin una participación máxima de deportistas por evento.



REAL
FEDERACIÓN
DE FÚTBOL
DE MADRID

**Protocolo de Protección y
Prevención ante COVID-19 en
Entrenamientos y/o
Competición**

Versión 1.12

04-10-2021

3

3 Disposiciones e información sobre medidas preventivas.

3.1 Disposiciones Generales

Desde la declaración del Estado de Alarma, debido a la crisis sanitaria provocada por el COVID-19, la Real Federación de Fútbol de Madrid ha priorizado la salud de sus afiliados, familiares y allegados a cualquier otra cuestión tomando medidas de protección como la suspensión de las competiciones y desarrollando como prioridad canales para la atención telefónica o telemática para todos los procesos con esta entidad.

Es por todo ello que la Real Federación de Fútbol de Madrid recuerda e insta seguir las medidas, tanto de carácter obligatorio como recomendado, a todas aquellas personas vinculadas a la actividad deportiva federada y que deben cumplir de manera estricta toda la normativa emitida por las autoridades públicas en materia sanitaria y deportiva de los órganos competentes sobre la práctica deportiva segura. Hay que ser conscientes de la dificultad de una desinfección total, siendo el objetivo de todas las medidas la disminución del riesgo de contagio.

Además, cada instalación deportiva deberá elaborar un protocolo específico para la prevención de la COVID-19 que podrá ser solicitado por la autoridad competente, nombrando un coordinador, que, en el caso de no nombrarse, será el titular o cesionario de la misma.

El responsable del protocolo de prevención de la COVID-19, tendrá la obligación de dar máxima publicidad del mismo, tanto a deportistas como, si fuese el caso, a espectadores. Es por ello que los deportistas y personal involucrado en los entrenamientos y competiciones deberán conocer las medidas preventivas con antelación a la celebración de los mismos.

En este sentido, en el marco del cumplimiento y observancia de las bases en materia de prevención del Covid 19 que viene en asentar este Protocolo, así como en materia de coordinación de este con las distintas entidades, clubes, estamentos y sujetos intervenientes en las distintas competiciones deportivas, la Real Federación de Fútbol de Madrid designa como responsable del mismo a Eduardo Jiménez García, Secretario General de la RFFM.

COMISION DE CONTROL Y SEGUIMIENTO.

Debido a los posibles procesos de actualización y cambios en las normativas vigentes, es necesaria la revisión del Protocolo, es por ello, que la Real Federación de Fútbol de Madrid constituirá una Comisión de control del cumplimiento del presente Protocolo. Dicha Comisión estará integrada por personas físicas o jurídicas designadas por la Junta Directiva de la RFFM, siendo vinculantes sus resoluciones y acuerdos respecto al Protocolo, el cual se procederá a modificar y actualizar el mismo conforme a sus decisiones.

La Comisión de Control y Seguimiento se regirá por el siguiente proceso de funcionamiento.:

1. Estará formada por cinco miembros, de los cuales deberán estar representados con al menos un miembro de los colectivos que integran la RFFM, jugadores, entrenadores y/o preparadores físicos, árbitros y/o delegados de partido y clubes.



	REAL FEDERACIÓN DE FÚTBOL DE MADRID	<u>Protocolo de Protección y Prevención ante COVID-19 en Entrenamientos y/o Competición</u>	Versión 1.12
			04-10-2021

2. Será presidida por el Presidente de la RFFM, el cual podrá delegar su función en el Responsable del Protocolo, reuniéndose a convocatoria de éste cuando lo estime necesario, y en todo caso, cuando se den algunos de los supuestos de revisión del Protocolo (nuevas directrices de órganos competentes en materia de sanidad y/o deporte)
3. La Comisión de Seguimiento tendrá la facultad de poder solicitar cuantos informes estime conveniente a los efectos de poder apoyar sus decisiones.
4. Las decisiones de la Comisión de Seguimiento se adoptarán por mayoría simple y en caso de empate, decidirá siempre el voto de calidad del/la Responsable de Protocolo.
5. Será competencia del Responsable del Protocolo, las tareas de control, coordinación y ejecución de los acuerdos, el cual comunicará las recomendaciones o disposiciones a la Junta Directiva de la RFFM a fin de que se lleven a efecto en cuanto puedan suponer alguna modificación a los entrenamientos y la competición.

La Real Federación de Fútbol de Madrid recuerda la obligatoriedad de llevar a cabo el seguimiento y adopción de las medidas generales desgranadas en el Título IX de la Orden 1244/2021 de 1 de octubre de la Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid, destinada a controlar los riesgos de contagios, protección de la salud y seguridad de todas las personas, principalmente sobre la salud de los deportistas y el rendimiento de los mismos para la vuelta al entrenamiento normalizado y a la competición.

Se podrá realizar actividad deportiva, individual o colectiva, al aire libre de las modalidades deportivas recogidas en el presente protocolo debiéndose mantener, siempre que sea posible dada la naturaleza de la actividad, la distancia mínima de seguridad de, al menos, 1,5 metros, tal y como recogen el apartado cuadragésimo tercero de la Orden 1244/2021 de 1 de octubre.

En virtud del apartado cuadragésimo quinto de la misma Orden 1244/2021 de 1 de octubre, para la celebración de competiciones oficiales de ámbito estatal y carácter no profesional y las competiciones internacionales que estén bajo la tutela organizativa de las Federaciones deportivas españolas que se desarrollen en territorio de la Comunidad de Madrid, será de aplicación el Protocolo de actuación para la vuelta de competiciones oficiales de ámbito estatal y carácter no profesional en la temporada 2020/2021, elaborado por el Consejo Superior de Deportes y suscrito por todas las Comunidades Autónomas, Federación Española de Municipios y Provincias, Federaciones Deportivas Españolas, Asociación del Deporte Español, Comité Paralímpico Español, Comité Olímpico Español y organizadores de competiciones.

Igualmente, para la realización de entrenamientos y la celebración de competiciones, las federaciones deportivas madrileñas deberán disponer de un protocolo, que será aprobado por resolución de la Dirección General competente en materia de deportes.

Cualquier persona que experimente alguno de los síntomas más comunes compatibles con COVID-19, deberá abstenerse de la realización de actividades deportivas siguiendo las recomendaciones de limitar las salidas del domicilio y contactando con los servicios de atención primaria o con el teléfono de atención al COVID-19 de tu comunidad autónoma.



REAL
FEDERACIÓN
DE FÚTBOL
DE MADRID

**Protocolo de Protección y
Prevención ante COVID-19 en
Entrenamientos y/o
Competición**

Versión 1.12
04-10-2021

5

3.2 Información sobre las medidas de limpieza y desinfección de zonas deportivas.

Se habrá de limpiar y desinfectar la instalación deportiva antes de su apertura.

Mantener las instalaciones deportivas en su totalidad con un estado óptimo de higiene y desinfección, para lo cual se deberán haber tomado las medidas oportunas para ello, limpiando y desinfectando después de cada uso o turno, tanto en las zonas comunes como en el material de uso compartido. Y se hará especial hincapié en la frecuencia de limpieza y desinfección de superficies de alto contacto: las barandillas, los pomos, los pulsadores, así como en todos los elementos de uso recurrente. Ventilación antes, durante y después de cada actividad, en casos de espacios cerrados. Limpieza reforzada para vestuarios (gestión de residuos con papeleras especiales para este tipo de material), aseos y duchas, por ser zonas de específicas de riesgo por sus especiales características (zonas pequeñas, cerradas, con densidad de concurrencia elevada...), así como para zonas de restauración si las hubiera. También se deberán haber tomado las medidas oportunas para la limpieza y desinfección de los terrenos de juego.

Todas las instalaciones que utilizan los equipos o usuarios, salas comunes, gimnasios, salas de tratamiento, comedores, hoteles etc., deben ser desinfectadas antes de la llegada de los deportistas y del personal, siguiendo las recomendaciones sanitarias y después de cada turno. Posteriormente a la finalización de la actividad deportiva se debe proceder a la limpieza de utensilios y/o, material usado y vestuarios y el personal de limpieza deberá tener material de protección con guantes, mascarillas y batas desechables. Se deberá evitar el uso compartido de utensilios o material entre participantes, en caso necesario de hacerlo se deberán desinfectar tras cada uso.

También habrá que ajustar y planificar las labores de limpieza y desinfección de las instalaciones en los términos mínimos establecidos normativamente. Garantizar la adecuación del material de limpieza (desinfectantes que garanticen la eliminación del virus) y la seguridad del personal de limpieza y su debida formación en los protocolos de actuación.

3.3 Información sobre las medidas en las instalaciones deportivas y de los trabajadores o técnicos deportivos en el lugar de trabajo.

Con el fin de facilitar el cumplimiento de todas las medidas de prevención propuestas en este protocolo, se recuerda que los titulares de las instalaciones deportivas deberán establecer un protocolo específico de prevención de COVID-19 y nombrar un coordinador responsable.

A modo de resumen, se debería definir las siguientes premisas y las medidas de prevención y protección relacionadas a adoptar en cualquier instalación deportiva con respecto a ellas:

- **Distancia Social:** Todas las actividades y lugares del recinto deben de mantener, cuando sea posible, la distancia de seguridad de, al menos, **1.5 metros entre los usuarios**. Los lugares en los que no se garantice este distanciamiento podrá reducirse el aforo hasta el cumplimiento de las distancias o se podrán mantener cerrados o inutilizados. Cuando para los trabajadores no sea posible, deberán hacer uso de Equipos de Protección individual (EPI's) según normativa oficial (mascarillas, etc.).



REAL
FEDERACIÓN
DE FÚTBOL
DE MADRID

**Protocolo de Protección y
Prevención ante COVID-19 en
Entrenamientos y/o
Competición**

Versión 1.12
04-10-2021

- **Mascarilla:** Durante la práctica deportiva al aire libre, individual o colectiva, no será obligatorio el uso de la mascarilla. Esta circunstancia se mantendrá mientras que continúe en vigor tal previsión normativa o hasta que las autoridades deportivas y sanitarias dispongan y valoren, en función de la evolución epidemiológica de la pandemia y de las recomendaciones médicas y/o científicas al respecto, la idoneidad, efectos o contraindicaciones durante tales actividades.

Será obligatorio el uso de mascarilla dentro de la instalación deportiva cuando así lo determine el protocolo de la instalación tanto para el acceso a los recintos o instalaciones, cualquier desplazamiento por el interior de la instalación, así como en el momento de la salida de la misma, con independencia del mantenimiento de la distancia física de seguridad, si el protocolo de la instalación así lo determina, y afectará a todos los participantes en los entrenamientos, competiciones oficiales y eventos realizados por la RFFM, así como todo el personal no deportista necesario para la celebración de todas estas actividades y público. Siempre será recomendable su uso, de no ser obligatorio.

Por otro lado, en función de lo marcado en el apartado Cuadragésimo tercero de la Orden 1244/2021, será obligatorio el uso de mascarilla en cualquier tipo de actividad física y deportiva de una instalación de interior, salvo las excepciones marcadas en el mismo.

Por último, tampoco será exigible el uso de mascarilla, exclusivamente para la realización de entrenamientos y competición de las categorías de ámbito nacional, al regirse éstos por el Protocolo de actuación para la vuelta de competiciones oficiales de ámbito estatal y carácter no profesional en la temporada 2020/2021, elaborado por el Consejo Superior de Deportes.

En todo caso, este protocolo queda subordinado a cualquier actualización o modificación normativa en este sentido, debiendo respetarse en todo momento las normas dictadas por la autoridad competente.

Vestuarios, aseos y duchas: Deberán estar señalizados, en caso de estar abiertos y disponibles, los aforos máximos y las limitaciones al uso de aseos, vestuarios y duchas, tanto de acceso público como de deportistas. La ocupación de los vestuarios se limitará al número de personas que permita garantizar el respeto a la distancia de seguridad interpersonal. En los aseos de usuarios o similares se procurará mantener la debida distancia de seguridad. En la práctica de las especialidades del fútbol en las competiciones de la RFFM, se priorizará la asistencia a la instalación deportiva en ropa deportiva, estando el deportista y técnico preparado para su actividad sin ser preciso el paso previo por vestuarios excepto para almacenaje de material o enseres (mochilas, ropa de abrigo, etc.), con el fin de evitar aglomeraciones que no respeten la distancia de seguridad y contactos innecesarios. En idéntica situación, a la finalización de los entrenamientos, si bien no es una norma muy higiénica, debería priorizarse la higiene personal en el domicilio particular.

Durante la fase de competición, deberá habilitarse vestuario para el colectivo arbitral, siguiendo las medidas de seguridad y protección marcadas anteriormente, aun cuando se haya decretado el cierre de vestuarios en las instalaciones.



REAL
FEDERACIÓN
DE FÚTBOL
DE MADRID

**Protocolo de Protección y
Prevención ante COVID-19 en
Entrenamientos y/o
Competición**

Versión 1.12
04-10-2021

7

De manera excepcional y siempre que la instalación disponga de ello, se podrá habilitar una sala botiquín, un vestuario o espacio determinado, para la atención médica de los deportistas durante la actividad física en la instalación por parte de los servicios médicos o fisioterapeutas que acompañen al club en la actividad deportiva, ahora bien, el uso de ese espacio debe estar supeditado a la necesidad de atender una emergencia en materia de salud (lesión o percance físico acaecido durante la estancia en la instalación) por el tiempo indispensable para esa atención, debiendo ser desinfectada tras cada uso por parte del personal del club y garantizándose en ella el uso de la mascarilla, así como las restantes medidas de seguridad y salud en materia de prevención de Covid 19. Dicho espacio físico no será utilizado para almacenar o depositar los útiles o herramientas de los profesionales sanitarios que acompañen a los clubes.

Será preciso realizar la limpieza y desinfección de los espacios de uso comunitario, especialmente, lavabos, duchas y vestuarios a la finalización de cada turno. En particular, en lo relativo al uso de aseos de las instalaciones, será deberá reforzar la limpieza y desinfección garantizando el estado de salubridad e higiene de los mismos, especialmente al finalizar y antes del inicio de cada actividad.

Las duchas deberán ser individualizadas y con una mampara de separación con altura suficiente para cubrir, al menos, el cuerpo de los usuarios y, en caso de no ser posible, se deberá limitar el uso únicamente a las cabinas de ducha individuales.

Higiene de Manos: La instalación deportiva debe tener las medidas suficientes para garantizar que los usuarios que acceden y que se encuentren dentro, puedan realizar un lavado de manos ya sea con agua y jabón por tiempo suficiente o con solución hidroalcohólica o similar. Antes de entrar y al salir del espacio asignado, deberán limpiarse las manos con los hidrogeles que deberán estar disponibles en los espacios habilitados al efecto. Se sigue recomendando el énfasis en la higiene de manos a través del lavado frecuente. En general, una instalación debería disponer de:

- Gel o líquido desinfectante.
- Pañuelos desechables
- Papeleras con tapa y apertura de pedal (y bolsas de autocierre)
- Cartelería con las normas de uso del punto de higiene.
- Se recomienda promover el uso individual de botellas de agua. En caso de que existan fuentes de agua se deberá intensificar y garantizar su limpieza y desinfección permanente.

- **Higiene respiratoria:** recordar que, en el caso de toser y estornudar, deberá realizarse en flexura del codo, se recomienda el uso de pañuelos desechables, etc.

- **Nueva organización:** Para evitar aglomeraciones o contacto entre los participantes y/o usuarios, la instalación deportiva y las propias actividades deberán ser reorganizadas, siendo aconsejable la organización de accesos de entrada y salida, itinerarios de circulación en el interior de la instalación, publicar los aforos máximos permitidos, turnos de actividades, espaciamiento entre actividades para garantizar la limpieza correcta, publicación de acceso restringido a deportistas o la instalación de la citas previa cuando la actividad así lo permita.



REAL
FEDERACIÓN
DE FÚTBOL
DE MADRID

Protocolo de Protección y
Prevención ante COVID-19 en
Entrenamientos y/o
Competición

Versión 1.12
04-10-2021

8

Se recomienda organizar y señalizar una zona en la instalación para la entrega y recogida de los deportistas menores de edad, con la obligación de respetar las distancias entre los adultos y el uso de las mascarillas si ésta no se cumpliera, durante la permanencia en la instalación e invitando a que se haga solo por un adulto y de manera rápida y ágil por el tiempo estrictamente necesario, para evitar afluencias masivas y aumento del riesgo de contagios, o con la adopción de otras medidas que ayuden a este objetivo (recogida/entrega escalonada, turnos, ...).

Se deberá balizar y señalizar, si hubiera en la instalación una zona de recepción o atención al público, para garantizar el cumplimiento de la distancia de seguridad de, al menos, 1,5 metros.

Se dará prioridad para el acceso, circulación o salida a aquellas personas con movilidad reducida.

Se podrán inhabilitar los controles de acceso que puedan suponer mayor riesgo de contagio o bien se garantizará la desinfección y limpieza de los mismos antes y después de cada uso.

- Campos de juego: El acceso y la salida de los campos de juego o entrenamiento se hará exclusivamente por los sitios habilitados al efecto, que deberán disponer, como mínimo, de geles desinfectantes para la limpieza de manos. En ningún caso se podrá acceder franqueando las vallas de protección perimetrales.

- Limpieza de indumentaria de trabajo o deportiva: Tanto si se emplean uniformes o ropa de trabajo para los trabajadores de la instalación y ropa deportiva para deportistas como si se emplean vestimenta personal por ambos colectivos, se deberá proceder al lavado y desinfección diaria de los mismos, debiendo lavarse de forma mecánica en ciclos de lavado entre 60 y 90 grados centígrados.

- Ventilación de espacios cerrados: Deberá asegurarse una ventilación adecuada por medios naturales y/o mecánicos. Para ello los titulares de los establecimientos deberán establecer pautas de apertura de puertas y/o ventanas al objeto de lograr una adecuada renovación del aire, con especial atención a los momentos de máxima ocupación, así como ajustar los sistemas de ventilación mecánica de forma que se alcance la máxima renovación minimizando la recirculación del aire.

Se recomienda ventilar al máximo posible y medir la calidad del aire, preferentemente en los momentos de mayor afluencia, para lo que se recomienda la utilización de medidores de CO2. En caso de que la concentración de CO2 supere las 1.000 partes por millón, se deberán adoptar medidas tales como incrementar la ventilación o disminuir el aforo hasta que se sitúe por debajo de ese indicador.

- Publicidad en las Medidas: De nada sirve implementar medidas si estas no son conocidas por el personal, participantes, entrenadores/as, monitores/as y usuarios/as. Por ello es fundamental una buena campaña de información a todos para que conozcan las medidas y cómo deben de actuar, mediante cartelería, megafonía información a deportistas, hojas de Compromiso de Deportista y difusión por redes sociales si fuera posible. **ANEXO I**.

- Sentido Común. Es una medida fundamental. El análisis de la instalación o de la actividad tiene que llevar a concretar dónde están los riesgos de contagio y cómo prevenirlo de una forma razonable. No se trata de obsesionarse con las medidas o requerir complejas actuaciones que no se van a cumplir. Habrá de poner SENTIDO COMÚN en las medidas.

REAL
FEDERACIÓN
DE FÚTBOL
DE MADRID

**Protocolo de Protección y
Prevención ante COVID-19 en
Entrenamientos y/o
Competición**

Versión 1.12
04-10-2021

9

- **Revisión y Mejora:** Todo proceso o procedimiento precisa de un análisis sobre el grado de implementación o cumplimiento a fin de ver dónde flaquea y aplicar con ello las mejoras que procedan. Ningún sistema se desarrolla desde el principio como se programa.

- **Sectorización:** En atención a las condiciones sanitarias es muy recomendable realizar una sectorización de las instalaciones, y definir una política de control de accesos. La sectorización es un elemento que permite enfocar distintas medidas sanitarias en la instalación deportiva y garantizar su cumplimiento, como podrían ser la toma de temperatura, la obligatoriedad del uso de mascarilla, la obligatoriedad del uso de gel hidroalcohólico, etc.

De manera orientativa se pueden definir las siguientes zonas:

1. **Zona deportiva:** abarca el acceso de deportistas y árbitros, vestuarios, túnel y terreno de juego.

2. **Zona de organización y servicios:** abarca la totalidad de la instalación incluyendo exteriores, pueden decretarse restricciones de accesos y únicamente permitidos con acreditación en función de los servicios a desarrollar. Comprende personal como Organización, Vigilantes y Auxiliares de Seguridad, Personal Sanitario, Personal de Mantenimiento o Personal de Limpieza.

3. **Zona prensa:** En caso de que se permita la presencia de prensa, se habilitará su acceso y zona de trabajo independiente en grada.

4. **Zonas acompañantes y otros:** zona para los integrantes de la expedición o instituciones en grada.

No se debería permitir acceder a las instalaciones deportivas en el caso de presentar síntomas compatibles con COVID-19, haber estado en contacto con personas infectadas por COVID-19, estar en período de cuarentena o aislamiento preventivo.

- **Uso de Gradas:** Si la instalación está provista de gradas con localidades, y siempre y cuando la asistencia de público fuese posible y no contraviniere las medidas establecidas por sanidad o el organismo competente en el momento de la celebración del evento deportivo, los espectadores deberán permanecer sentados, respetando la distancia de seguridad interpersonal, y utilizar mascarilla cuando sea obligatorio su uso. En las actividades celebradas en estos recintos se podrá facilitar la agrupación de asistentes

Si la instalación no está provista de gradas con localidades y los espectadores permanecen de pie, deberán usar mascarilla cuando sea obligatorio su uso y deberá respetarse en todo momento la distancia de seguridad interpersonal.

En los eventos multitudinarios (previsión máxima de participación de asistentes mayor a 1.000 personas) deberá realizarse una evaluación del riesgo por parte de la autoridad sanitaria conforme a lo previsto en el documento "Recomendaciones para eventos y actividades multitudinarias en el contexto de nueva normalidad por COVID-19 en España", acordado en la Comisión de Salud Pública del Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud.

A tal efecto, los organizadores de estos eventos deberán elaborar un Plan de Actuación que incluya la adopción de medidas de prevención y control. La capacidad de adoptar dichas medidas



REAL
FEDERACIÓN
DE FÚTBOL
DE MADRID

**Protocolo de Protección y
Prevención ante COVID-19 en
Entrenamientos y/o
Competición**

Versión 1.12
04-10-2021

10

será determinante para definir si es posible realizar o no el evento, o establecer una serie de condiciones para ello.

La evaluación del riesgo se solicitará a la Dirección General de Salud Pública con una antelación mínima de quince días hábiles al día previsto para la celebración del evento y siempre antes de haber obtenido su autorización por el organismo competente, y se enviará a través del registro electrónico habilitado al efecto.

Una vez evaluado el riesgo de un evento o la programación de varios eventos, de acuerdo a las características de los mismos y la situación epidemiológica concreta, la Dirección General de Salud Pública emitirá informe de valoración calificando el riesgo del evento e indicando las medidas que se estimen necesarias para la gestión del riesgo, en su caso.

El sentido de este informe deberá ser tenido en cuenta para la autorización del evento por el órgano competente, según el tipo de actividad de que se trate, así como por los organizadores y responsables de su celebración.

Sigue siendo recomendable no compartir objetos personales, herramientas ni equipos. En caso de tener que compartirlos deberá realizarse una correcta desinfección entre usos.

Se recomienda intensificar y garantizar la limpieza y desinfección permanente de las máquinas dispensadoras o de “*vending*”, habilitando gel de manos desinfectante al lado de la máquina. Se recomienda igualmente promover el uso individual de botellas de agua. En caso de que existan fuentes de agua se deberá intensificar y garantizar su limpieza y desinfección permanente.

Por supuesto, es recomendable la adopción de medidas complementarias que puedan venir definidas en el Título II del Real Decreto ley 21/2020, de 9 de junio de centros de trabajo, así como cualquier otro tipo de medida de protección y prevención adecuada en las instalaciones.

Se podrá dar la promoción necesaria a la información para FAMILIAS sobre medidas personales de higiene y prevención obligatorias destinada a deportistas. **ANEXO II.**

Respecto a las actividades de restauración habituales o aquellas que puedan estar asociadas a la organización de competiciones, bien porque se realicen de forma expresa para un evento deportivo (ej. *cátering*) o bien porque ya existan en instalaciones deportivas convencionales (ej. cafetería), los titulares de la explotación deben cumplir las medidas específicas para su actividad establecidas en la Orden 1244/2021 de 04 de Octubre de la Comunidad de Madrid y las de la instalación deportiva en la que se encuentren.



REAL
FEDERACIÓN
DE FÚTBOL
DE MADRID

**Protocolo de Protección y
Prevención ante COVID-19 en
Entrenamientos y/o
Competición**

Versión 1.12
04-10-2021

3.4 Información sobre las obligaciones de los usuarios y para el acceso y uso de la instalación.

Se entenderá como usuarios a las instalaciones, tanto a los deportistas como a sus acompañantes.

Los usuarios tendrán la obligación de cumplir con las medidas de higiene y protección, recordadas por las instalaciones deportivas por medio de cartelería visible o mensajes de megafonía, establecidas por la autoridad sanitaria contra el COVID-19 y/o por la propia instalación deportiva, con especial énfasis en la recomendación de lavado frecuente de manos durante la estancia en las instalaciones, el uso de los hidrogeles desinfectantes puestos a disposición de los usuarios, esencialmente a la entrada y a la salida de la instalación, igualmente mantener el lavado de manos con regularidad, antes y después del entrenamiento o de la competición, hacerlo de manera correcta durante al menos 30 segundos, la prohibición de compartir comida o bebida con otros usuarios o deportistas, el uso de mascarillas dentro de las instalaciones cuando sea obligatorio, ejemplos de cartelería como **ANEXO I**.

Los acompañantes de los deportistas, deberán igualmente cumplir las normas de la instalación siempre y en todo caso, y seguir las directrices que se marquen por las instalaciones deportivas o por los responsables de los clubs o asociaciones para la entrega y recogida de los menores, que deberá ser rápida y ágil por el tiempo mínimo necesario evitando permanecer en las instalaciones innecesariamente. A tales efectos, los acompañantes de menores y personas con discapacidad serán informados de la zona habilitada, específicamente para tal fin, en la cual deberá garantizarse, en todo caso, la distancia de interpersonal de 1,5 metros y deberá hacerse con mascarilla cuando su uso sea obligatorio o no se pueda garantizar la distancia de seguridad.

Las actividades federativas, entrenamientos, competiciones, eventos o campeonatos mantendrán un control sobre el aforo según las especificaciones propias de la instalación y cumpliendo lo fijado por las autoridades sanitarias en cada momento, tanto para la actividad deportiva como para el aforo de aquellas personas que ni son participantes ni personal esencial para la puesta en marcha de la actividad.

En este sentido, se deberá habilitar un sistema de acceso que evite la acumulación de personas y que cumpla con las medidas de seguridad y protección sanitaria.

Retransmisión televisiva: personal técnico necesario para la retransmisión de la actividad desde el punto de vista técnico y de locución. La presencia de medios de comunicación vendrá determinada por las condiciones sanitarias del momento y en cualquier caso estarán sujetos igualmente a acreditación y al cumplimiento de las medidas sanitarias.

Se buscarán accesos diferenciados para cada uno de los colectivos, manteniendo el acceso de participantes lo más aislado posible a fin de garantizar que la zona deportiva queda de uso exclusivo para los deportistas. Se mantendrán igualmente, siempre que sea posible, separados unos equipos de otros y de las personas que los acompañan. Dependiendo de la disponibilidad de las instalaciones, y cuando sea posible, se asignarán aseos distintos para los acompañantes de cada equipo.



REAL
FEDERACIÓN
DE FÚTBOL
DE MADRID

**Protocolo de Protección y
Prevención ante COVID-19 en
Entrenamientos y/o
Competición**

Versión 1.12
04-10-2021

El organizador en cumplimiento de sus obligaciones en base a la Legislación contra la violencia, el racismo, la xenofobia y la intolerancia en el deporte y en base a las normas organizativas deportivas, todas ellas en vigor en estas actividades junto con las sanitarias específicas de la COVID-19, establecerá un dispositivo de seguridad y sanitario que garantizará el cumplimiento tanto de las obligaciones legales como sanitarias, independientemente a que no haya acceso al público en general.

3.5 Desplazamientos.

Si el desplazamiento de los participantes al lugar de celebración de la actividad se realiza en autobús privado, la empresa responsable de los mismos, deberá poder acreditar que cumple con los protocolos de desinfección previstos por las autoridades sanitarias y que sus conductores están en perfectas condiciones de salud. Igualmente sería recomendable usar mascarillas cuando el transporte de dos o más participantes se realice en vehículo privado y no pertenezcan al mismo grupo familiar.

Sería muy recomendable que los vehículos se sometieran a una desinfección previa a la utilización por parte del equipo. La distancia mínima entre los pasajeros en su interior será la máxima posible. Sería recomendable el uso de mascarilla en su interior si los pasajeros pertenecen a grupos de convivencia distintos.

Se obliga al uso de mascarilla en todos los transportes públicos y privados, ya sean discrecionales o no, conforme a lo dispuesto en el capítulo XVI, de la Orden 1244/2021, de 1 de octubre.

3.6 Disposiciones para los clubs o asociaciones.

Se recomienda que los clubs estudien y fijen un conjunto de medidas y definan la adecuada planificación de las actividades deportivas a la vista de la nueva situación, en consonancia con lo marcado en la normativa publica y en el presente protocolo.

En este plan específico para los entrenamientos y actividades se podrían definir las siguientes cuestiones, no siendo limitativas:

1. Indicar el número de participantes, personal técnico en cada actividad.
2. Indicar donde se realizan las actividades deportivas.
3. Indicar las medidas de prevención adoptadas respecto a:
 - Obligatoriedad del uso de la mascarilla.
 - Material: que no haya uso compartido, desinfección si es reutilizable.
 - Instalaciones: desinfección periódica, señalización (caso de gestionar su uso).
 - Definición del control de salud de los deportistas.
 - Personal de apoyo: valoración de personas de riesgo, formación del personal de apoyo, distancia entre los trabajadores y otros asistentes.
 - Reuniones técnicas informativas a los participantes y personal de apoyo: medidas de seguridad del personal técnico deportivo con la asunción de las medidas preventivas necesarias para ello, incluida la debida formación e información necesaria y el mantenimiento de la distancia de seguridad.



REAL
FEDERACIÓN
DE FÚTBOL
DE MADRID

**Protocolo de Protección y
Prevención ante COVID-19 en
Entrenamientos y/o
Competición**

Versión 1.12
04-10-2021

13

Será recomendable que los clubes o asociaciones, mantengan el control del estado de salud de los deportistas, de manera previa a la participación de entrenamientos, competición federada o eventos auspiciados por la RFFM, donde comprueben que la salud del participante (y las personas con las que convive) durante los 14 días previos al inicio de la actividad deportiva ha sido la adecuada y no ha sufrido ningún síntoma como tos, fiebre, cansancio o falta de aire y no haber estado en contacto con nadie con dicha sintomatología. De esta manera se minimizan los riesgos del uso de la instalación deportiva por parte de deportistas positivos o posibles positivos.

Los deportistas deben tener la responsabilidad social de informar de su estado de salud al club o asociación, si ha presentado síntomas o si ha mantenido contacto estrecho con alguna persona, dentro de las medidas de confidencialidad oportunas, de manera previa o en cualquier otro momento. Deben evitar contacto con personas afectadas por COVID-19. En caso de que así fuera, comunicarlo inmediatamente al club o responsable. Igualmente vigilar en cada encuentro la detección de síntomas de posible contagio COVID-19.

Una vez aprobado el Protocolo específico de las modalidades de Fútbol por la autoridad competente, publicado y dado traslado a todos los intervinientes en los entrenamientos y competiciones oficiales de la RFFM, el Presidente del Club será responsable de cumplir todo lo que dictamine dicho protocolo, así como cualquier modificación que se produzca con la evolución del COVID, mediante la firma de la DECLARACIÓN RESPONSABLE DEL CLUB o ASOCIACIÓN (**ANEXO III**).

4 Disposiciones con respecto al inicio de los entrenamientos o de las competiciones deportivas

Siguiendo las instrucciones ya detalladas en las Disposiciones Generales sobre el uso de la mascarilla, durante la práctica deportiva al aire libre, individual o colectiva, no será obligatorio su uso.

En cuanto a las instalaciones cerradas, cubiertas o de interior, el uso de la mascarilla es obligatorio y se deberá respetar la distancia de seguridad entre las personas que asistan a la actividad y entre estos y el monitor o entrenador, con las excepciones marcadas.

Como también se ha confirmado con anterioridad, se podrá realizar actividad deportiva, individual o colectiva, al aire libre de las modalidades deportivas recogidas en el presente protocolo debiéndose mantener, siempre que sea posible dada la naturaleza de la actividad, la distancia mínima de seguridad de, al menos, 1,5 metros, tal y como recogen el apartado cuadragésimo tercero de la Orden 1244/2021 de 1 de octubre.

Por lo tanto, la planificación de las actividades ayuda en el mantenimiento de las medidas de distanciamiento social expuestas anteriormente. Durante el tiempo que duren los entrenamientos y la competición, los deportistas y staff deben reforzar y cumplir al máximo las medidas de protección e higiene personal en el ámbito familiar, social y deportivo, y todos los protocolos que sobre ello establecen las autoridades sanitarias, evitando situaciones de posible contagio, con el material de protección oportuno.



REAL
FEDERACIÓN
DE FÚTBOL
DE MADRID

**Protocolo de Protección y
Prevención ante COVID-19 en
Entrenamientos y/o
Competición**

Versión 1.12
04-10-2021

14

Asimismo, se hace importante mantener medidas de atención sobre la higiene del material técnico de entrenamiento o juego, de la ropa deportiva, del calzado o de los enseres personales, con un lavado diario exhaustivo y desinfecciones oportunas, en ciclos de lavado entre 60 y 90 grados centígrados. No compartir el material deportivo en la medida de lo posible, y de hacerlo, realizar limpieza o desinfección previa y posterior. Prestar igualmente atención a las superficies de contacto compartidas, dejar las bolsas, mochilas o efectos personales en los espacios habilitados para ese fin. No compartir ni comida, ni bebidas. Establecer medidas para minimizar contacto ropa de juego en vestuarios.

Los técnicos, monitores o entrenadores deberán procurar mantener la distancia de seguridad interpersonal en las instalaciones. El uso de mascarilla no será obligatorio en los momentos en que su labor implique la práctica de actividad deportiva al aire libre.

Se reitera que deberán realizar un seguimiento de las indicaciones de la autoridad sanitaria competente y de las instalaciones deportivas donde realicen sus actividades, y deberán cumplir las mismas medidas de prevención adoptadas en los apartados anteriores en relación al uso o no de mascarillas, a mantener la distancia de seguridad interpersonal, indicaciones de uso de las instalaciones y espacios compartidos, como vestuarios, aseos y otras zonas comunes, incluido el gimnasio si lo hubiera, el uso de material, la desinfección del material y todas aquellas medidas que se estimen oportunas por la peculiaridad de cada especialidad.

Así mismo, durante el desarrollo de la práctica de cualquier especialidad del fútbol, sería recomendable evitar las celebraciones en grupo, los contactos voluntarios innecesarios, escupir, las entregas de trofeos, los protocolos de juego limpio o *cordiality* (como el saludo inicial), las fotos de grupo, el uso compartido de botellas, compartir alimentos y aquellas otras que durante la evolución sean de obligado cumplimiento.

Igualmente, para los casos de detección de personas con síntomas de COVID-19, se indica que deberán seguir el protocolo de actuaciones sanitarias indicadas en el punto 5 siguiente.

5 Protocolo de contingencia ante personas con síntomas de infección por COVID-19

Conocimientos básicos sobre COVID-19 a tener en cuenta de cara a su prevención:

Algunos de los síntomas del COVID-19 son tos, fiebre y dificultad respiratoria principalmente y dolor muscular y de cabeza en algunos casos, pérdida del sentido del olfato y del gusto o cansancio. Muchos de los casos presentan síntomas leves y el periodo de incubación es de 2-14 días. Los casos comienzan a presentar síntomas a los 5 días de media desde el contagio.

Cuando se detecte una posible persona contagiada, deberá ponerse en conocimiento inmediato del responsable del evento, club, instalación deportiva o responsable sanitario, y se seguirán las medidas que indique la autoridad sanitaria, o servicio de PRL, según el caso, además:

Se realizará notificación (con teléfono y datos del lugar) y derivación ante la sospecha de un caso (Se deberá prever la información a transmitir, rastreo del grupo de personas con posible contagio, etc.).

	<p>REAL FEDERACIÓN DE FÚTBOL DE MADRID</p>	<p><u>Protocolo de Protección y Prevención ante COVID-19 en Entrenamientos y/o Competición</u></p>	<p>Versión 1.12 04-10-2021</p>
--	--	---	------------------------------------

15

1. Se deberá llevar a cabo el aislamiento de la persona afectada o afectadas por una persona de la organización hasta su traslado (extremando las medidas de prevención de contagio, siendo preferible un sanitario y siendo de obligado uso la mascarilla). Deberá dirigirse a un espacio o local donde permanecerá sola, asegurando medidas básicas como una buena ventilación del espacio, el uso de EPIs, gestión de residuos, etc.
2. Se contactará con el servicio de PRL (trabajadores), o las autoridades sanitarias a través del Centro de Salud correspondiente o del teléfono COVID-19 para la Comunidad de Madrid (900102112). El contacto directo para la comunicación de esta información lo deberá realizar el responsable de la actividad definido expresamente en el plan específico.
3. La persona afectada debe estar disponible para las evaluaciones médicas que sean necesarias y tiene que ser capaz de aplicar de forma correcta y consistente las medidas básicas de higiene, prevención y control de la infección. Los servicios sanitarios proporcionarán a los afectados todas las indicaciones necesarias.
4. En los casos de la suspensión de la actividad por parte de las autoridades, se informará a los participantes, organizadores para que procedan a realizar las actuaciones pertinentes de finalización de la actividad.



ANEXO I

CARTELERÍA MEDIDAS DE PROTECCIÓN

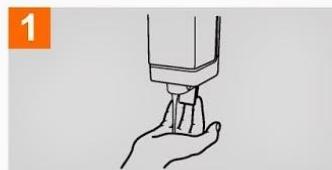
¿Cómo lavarse las manos?

¡Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias! Si no, utilice la solución alcohólica

Duración de todo el procedimiento: **40-60 segundos**



Mójese las manos con agua;



Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;



Frótese las palmas de las manos entre sí;



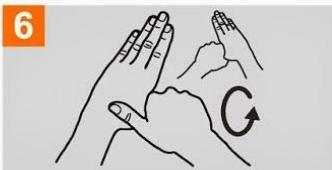
Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



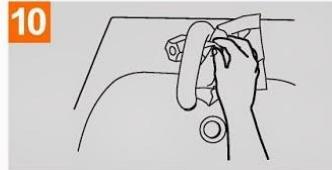
Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



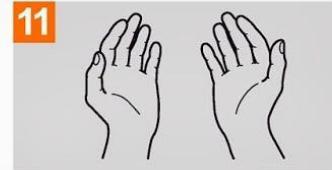
Enjuáguese las manos con agua;



Séquese con una toalla desechable;



Sírvase de la toalla para cerrar el grifo;



Sus manos son seguras.



Organización
Mundial de la Salud

Seguridad del Paciente

UNA ALIANZA MUNDIAL PARA UNA ATENCIÓN MÁS SEGURA

SAVE LIVES

Clean Your Hands

La Organización Mundial de la Salud ha tomado todas las precauciones razonables para comprobar la información contenida en este documento. Sin embargo, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ya sea expresa o implícita. Compete al lector la responsabilidad de la interpretación y del uso del material. La Organización Mundial de la Salud no podrá ser considerada responsable de los daños que pudiere ocasionar su utilización. La OMS agradece a los Hospitales Universitarios de Ginebra (HUG), en particular a los miembros del Programa de Control de Infecciones, su participación activa en la redacción de este material.



Decálogo sobre cómo actuar en caso de tener síntomas de COVID-19:

Saber cómo actuar nos puede ayudar a **controlar mejor** las situaciones que puedan surgir estos días y a **prestar ayuda** a las personas de nuestro entorno. En caso de tener síntomas (fiebre o tos o dificultad respiratoria), sigue estos pasos:

- 1 AUTO-AISLARSE**

En una **habitación de uso individual** con ventana, manteniendo la puerta cerrada, y, si es posible, baño individual.
Si no es posible: mantén la distancia de seguridad de 2 metros con el resto de convivientes y extrema la higiene.
- 2 MANTENTE COMUNICADO**

Ten **disponible un teléfono** para informar de las necesidades que vayan surgiendo y puedas mantener la comunicación con tus seres queridos.
- 3 ¿SENSACIÓN DE GRAVEDAD?**

Si tienes sensación de falta de aire o sensación de **gravedad** por cualquier otro síntoma **llama al 112**.
- 4 TELÉFONO DE TU COMUNIDAD AUTÓNOMA**

Si no, **llama al teléfono habilitado en la comunidad autónoma** o contacta por teléfono con el centro de salud.
- 5 AUTOCUIDADOS**

Usa **paracetamol** para controlar la fiebre; ponte **paños húmedos** en la frente o date una ducha templada para ayudar a controlar la fiebre; **bebe líquidos**; **descansa**, pero moviéndote por la habitación de vez en cuando.
- 6 AISLAMIENTO DOMICILIARIO**

Ahora que ya has hecho lo más inmediato, **estudia y aplica las recomendaciones para el aislamiento domiciliario** e informa a tus convivientes de que tienen que hacer cuarentena.
- 7 LAVADO DE MANOS**

Asegúrate de que en casa todos conocen cómo hacer un **correcto lavado de manos**.
- 8 SI EMPEORAS**

Si empeoras y tienes dificultad respiratoria o no se controla la fiebre, **llama al 112**.
- 9 14 DÍAS**

Se recomienda mantener el **aislamiento 14 días** desde el inicio de los síntomas, siempre que el cuadro clínico se haya resuelto.
- 10 ALTA**

El seguimiento y el alta será supervisado por su médico de Atención Primaria o según indicaciones de cada Comunidad Autónoma.

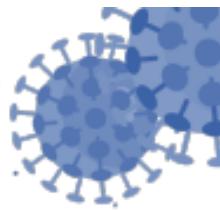


Consulta fuentes oficiales para informarte
www.mscbs.gob.es
@sanidadgob

25 marzo 2020



¿Qué puedo hacer para protegerme del nuevo coronavirus y otros virus respiratorios?



Lávate
las manos
frecuentemente y
meticulosamente



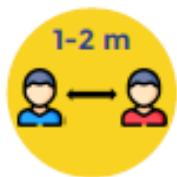
Evita tocarte los ojos,
la nariz y la boca,
ya que las manos
facilitan su transmisión



Al toser o estornudar,
cúbrete la boca y la
nariz con el codo
flexionado



Usa pañuelos
desechables para
eliminar secreciones
respiratorias y tíralo
tras su uso



Mantén
1-2 metros
de distancia
entre personas



Si presentas síntomas,
áislate en tu habitación
Consulta cómo actuar
en la web del
Ministerio de Sanidad

17 abril 2020

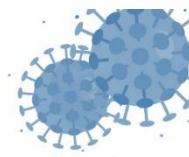
Consulta fuentes oficiales para informarte:
www.mscbs.gob.es
@sanidadgob

#ESTE
VIRUS
LO
PARAMOS





Los virus no discriminan, las personas tampoco deberíamos hacerlo



El miedo a la pandemia de COVID-19 puede generar situaciones de hostilidad en la sociedad haciendo que sea aún más difícil frenar el virus. La ciencia nos dice que somos más fuertes frente a las epidemias cuando detenemos el estigma y la discriminación. Aquí tienes algunas propuestas para hacerlo:



10 abril 2020

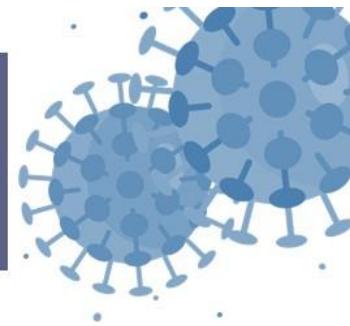
Consulta fuentes oficiales para informarte

www.mscbs.gob.es

@sanidadgob



¿Qué les digo a niños y niñas sobre el coronavirus?



Puedes comenzar preguntándoles qué saben sobre el coronavirus. Responde a todas sus preguntas de manera sencilla y transmitiendo calma.

1 Es un nuevo virus que se ha extendido por el mundo

2 Los síntomas más frecuentes son:



FIEBRE



TOS



SENSACIÓN de
FALTA de AIRE

Normalmente los casos presentan síntomas leves

3 Recuérdales que está en su poder protegerse. ¿Cómo?



Al toser o estornudar,
cúbrete la boca y la nariz
con el codo flexionado o
con un pañuelo desechable
y tíralo a la basura



Al salir de casa lo mejor es mantener la
distancia. Si no se puede, tienes que
llevar mascarilla desde los 6 años,
aunque puedes hacerlo desde los 3



Lávate las manos
frecuentemente
con agua y jabón



Evita tocarte los ojos,
la nariz y la boca, ya
que las manos facilitan
la transmisión



Si te encuentras
mal, avisa a un
adulto

**Es un momento crucial para enseñarles buenas
medidas de higiene para toda su vida.**



REAL
FEDERACIÓN
DE FÚTBOL
DE MADRID

Protocolo de Protección y
Prevención ante COVID-19 en
Entrenamientos y/o
Competición

Versión 1.12

04-10-2021

21

MEDIDAS DE PREVENCIÓN

- 1 MANTÉN UNA DISTANCIA DE DOS METROS CON LOS DEMÁS.
- 2 LÁVATE LAS MANOS FRECUENTEMENTE con agua y jabón o con solución hidroalcohólica.
- 3 USA MASCARILLA en la calle y en los espacios públicos.
- 4 EVITA TOCARTE LA CARA, NARIZ, OJOS Y BOCA.
- 5 TOSE O ESTORNUDA EN UN PAÑUELO DESECHABLE O EN EL HUECO DEL CODO.

LIMPIEZA ESTRICTA

- 6 DESINFECTA A DIARIO las superficies de contacto, sobre todo interruptores, tiradores, pomos, teléfonos, etc.
- 7 EXTREMA LAS MEDIDAS DE PROTECCIÓN Y LIMPIEZA si convives con casos sospechosos o confirmados de COVID-19.

POBLACIÓN VULNERABLE

- 8 PROTEGE ESPECIALMENTE A LOS MAYORES y a personas con enfermedades crónicas.

IMPORTANTE

QUÉDATE EN CASA SI TIENES FIEBRE O
SÍNTOMAS COMPATIBLES CON COVID-19 Y
SIEMPRE LLAMA PREVIAMENTE POR TELÉFONO
A TU CENTRO DE SALUD.

ANTE LA COVID-19, PROTÉGETE



RECIBIR Y ACCEDER
A LAS MEDIDAS DE
PROTECCIÓN
ANTE COVID-19
EN TU MÓVIL.

INFÓRMATE Y
DESCARGA
TODAS LAS
MEDIDAS DE
PREVENCIÓN

www.comunidad.madrid/coronavirus



Comunidad
de Madrid



Uso correcto de mascarillas

Realiza un uso correcto de mascarillas siempre asociado a las medidas de prevención y a las medidas para reducir la transmisión comunitaria:

- 
Trabajar a distancia siempre que sea posible
- 
Usar pañuelos desechables
- 
Cubrir boca y nariz con el codo flexionado al toser o estornudar
- 
Evitar tocarse ojos, nariz y boca
- 
Lavar las manos meticulosamente
- 
Mantener 1-2 metros de distancia entre personas
- 
Si tienes síntomas, quedate en casa y áislate en tu habitación

Haz un uso correcto para no generar más riesgo:

Lávate las manos antes de ponerla

Durante todo el tiempo la mascarilla debe cubrir la boca, nariz y barbilla

Evita tocar la mascarilla mientras la llevas puesta

Desecha la mascarilla cuando esté húmeda y no reutilices las mascarillas a no ser que se indique que son reutilizables
Para quitarte la mascarilla, hazlo por la parte de atrás, sin tocar la parte frontal, deséchala en un cubo cerrado y lávate las manos





REAL
FEDERACIÓN
DE FÚTBOL
DE MADRID

Protocolo de Protección y
Prevención ante COVID-19 en
Entrenamientos y/o
Competición

Versión 1.12

04-10-2021

23



**ES OBLIGATORIO
UTILIZAR EL GEL
DESINFECTANTE**



REAL
FEDERACIÓN
DE FÚTBOL
DE MADRID

Protocolo de Protección y
Prevención ante COVID-19 en
Entrenamientos y/o
Competición

Versión 1.12

04-10-2021

24

USO DE MASCARILLA OBLIGATORIO



PREVENCIÓN DEL CORONAVIRUS



REAL
FEDERACIÓN
DE FÚTBOL
DE MADRID

**Protocolo de Protección y
Prevención ante COVID-19 en
Entrenamientos y/o
Competición**

Versión 1.12
04-10-2021

ANEXO II

INFORMACIÓN PARA FAMILIAS SOBRE MEDIDAS PERSONALES DE HIGIENE Y PREVENCIÓN OBLIGATORIAS

1. No debe acudirse a la actividad deportiva en los siguientes casos:

- Si presentas cualquier sintomatología (tos, fiebre, dificultad al respirar, etc.) que pudiera estar asociada con el COVID-19. En este caso, tienes que contactar con el teléfono de atención al COVID-19 para la Comunidad de Madrid (900102112) o con tu centro de atención primaria y seguir sus instrucciones.
- No debes acudir a lugares donde se encuentren más personas hasta que te confirmen que no hay riesgo para ti o para los demás.
- Si has estado en contacto estrecho (convivientes, familiares y personas que hayan estado en el mismo lugar que un caso mientras el caso presentaba síntomas a una distancia menor de 2 metros durante un tiempo de al menos 15 minutos) o has compartido espacio sin guardar la distancia interpersonal con una persona afectada por el COVID-19. En este caso debes realizar un seguimiento por si aparecen signos de la enfermedad durante 14 días.
- Puedes participar, bajo tu responsabilidad, si eres vulnerable o convives con una persona que sea vulnerable por edad, por estar embarazada o por padecer afecciones médicas anteriores (como, por ejemplo, hipertensión arterial, enfermedades cardiovasculares, diabetes, enfermedades pulmonares crónicas, cáncer o inmunodepresión). Pero esto puede suponer un grave riesgo para ti o para las personas con las que vives.

2. Recomendaciones relativas a los desplazamientos a la actividad

- Siempre que puedas, prioriza las opciones de movilidad que mejor garanticen la distancia interpersonal de aproximadamente 2 metros. Por esta razón, es preferible en esta situación el transporte individual.
- Guarda la distancia interpersonal o ponte mascarilla cuando vayas caminando por la calle y ésta no esté garantizada.
- Si te tienes que desplazar en un turismo, extrema las medidas de limpieza del vehículo y evita que viaje más de una persona por cada fila de asientos manteniendo la mayor distancia posible entre los ocupantes.
- En los viajes en transporte público guarda la distancia interpersonal con el resto de las personas usuarias. Es obligatorio usar una mascarilla si vas en transporte público.
- Utiliza tus equipos de protección individual desde la salida de casa.



REAL
FEDERACIÓN
DE FÚTBOL
DE MADRID

**Protocolo de Protección y
Prevención ante COVID-19 en
Entrenamientos y/o
Competición**

Versión 1.12
04-10-2021

26

3. Recomendaciones generales de protección e higiene frente al COVID-19

- Lavar frecuentemente las manos con agua y jabón, o con una solución hidroalcohólica, durante 40 segundos. Es especialmente importante después de toser o estornudar, o al inicio y fin de actividades en espacios compartidos. En el caso de que tener los antebrazos descubiertos durante la actividad, es recomendable incluir el lavado de antebrazos
- Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser y estornudar, y desecharlo a continuación a un cubo de basura que cuente con cierre. Si no se dispone de pañuelos emplear la parte interna del codo para no contaminar las manos.
- Evitar tocar los ojos, la nariz o la boca. Evitar el saludo con contacto físico, incluido el dar la mano.
- Si se empieza a notar síntomas, extremar las precauciones tanto de distanciamiento social como de higiene y avisar a los responsables de la actividad para que contacten de inmediato con los servicios sanitarios.
- Todo material de higiene personal (mascarillas, guantes de látex, etc.) debe depositarse en las papeleras habilitadas al efecto, de desechos orgánicos.



	REAL FEDERACIÓN DE FÚTBOL DE MADRID	<u>Protocolo de Protección y Prevención ante COVID-19 en Entrenamientos y/o Competición</u>	Versión 1.12
			04-10-2021

ANEXO III

DECLARACION RESPONSABLE Club o Asociación

D./D^a., con N.I.F., como representante de

DECLARA:

Que he recibido y leído el PROTOCOLO DE PROTECCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD FRENTE AL COVID-19 EN ENTRENAMIENTOS Y/O COMPETICIÓN de la Real Federación de Fútbol de Madrid y que, por tanto, el club o asociación tiene conocimiento pleno y está de acuerdo con las medidas y procedimientos que propone.

Que he leído y acepto las recomendaciones, obligaciones y compromisos contenidos en el documento de información para familias sobre medidas personales de higiene y prevención obligatorias de la Real Federación de Fútbol de Madrid.

Declaro que, tras haber recibido y leído atentamente la información contenida en los documentos anteriores, el club o asociación es consciente de los riesgos que implica, para los/as deportistas y para las personas que conviven con ellos/as, su participación en la actividad en el contexto de la crisis sanitaria provocada por el COVID-19.

En Madrid, a de de 2021

Firmado

El Club o Asociación