



2021

El ciclismo, en todas sus modalidades, es una actividad que puede ofrecer muchos beneficios al ser humano, desde el desarrollo muscular hasta el intercambio cultural con personas de todas partes del mundo, algo que tiene en común con deportes como el fútbol: los idiomas no son necesarios cuando existe una actividad física de por medio, que nos conecta con nuestra naturaleza y con el mundo que nos rodea. En el contexto de la pandemia por la enfermedad Covid-19 que actualmente se desarrolla, es lógico comenzar a ver que deportes al aire libre individuales, como el ciclismo se puedan reanudar prontamente y sin muchas dificultades, por lo anterior este protocolo busca desarrollar el retorno gradual y seguro a las competencias para garantizar el bienestar de los ciclistas y su cuerpo técnico.

FEDENACICH



Índice

Alcance	2
Conceptos Generales	3
Objetivos	4
Aspectos Generales Traslado a las competencias	5
Aspectos Generales Pre-competencia	6
Antes de la competencia	6
Durante la competencia	7
Después de la competencia	9
Anexo 1	10
RECOMENDACIONES Y SUGERENCIAS PARA EL RETORNO SEGURO DEL CICLISMO.....	10
Aspectos Reglamentarios	12
Anexo 2	13
CUESTIONARIO DIARIO DE INGRESO COVID-19	13
Anexo 3	14
FICHA DEL EVENTO	14



PROTOCOLO COVID 19 PARA LA REALIZACIÓN DE COMPETENCIAS

Alcance.

El presente documento tiene como finalidad realizar una práctica segura de la actividad ciclística de competencia y disminuir el riesgo de contagio por COVID 19, el que debe ser aplicado y respetado por todos quienes ingresen a los recintos deportivos incluyendo atletas, practicantes y trabajadores

La lista de medidas de mitigación recomendadas cubre una amplia gama de temas, incluyendo la prevención del riesgo de transmisión de persona a persona, preparación y respuesta ante emergencias, planes y coordinación de los diferentes actores relacionados con el control de riesgos y transmisión, para combatir y prevenir el COVID-19.

Las acciones concretas para implementar para una óptima organización de las competencias deben ser consideradas de acuerdo con las regulaciones sanitarias nacionales vigentes en el momento de la competición acorde a la fase de la pandemia a nivel local, cumpliendo todos los requerimientos exigidos por las autoridades sanitarias y comunales.

Nota: Este protocolo estará en revisión permanente en función de la evolución y nueva información que se disponga de la infección SARS – COV – 2

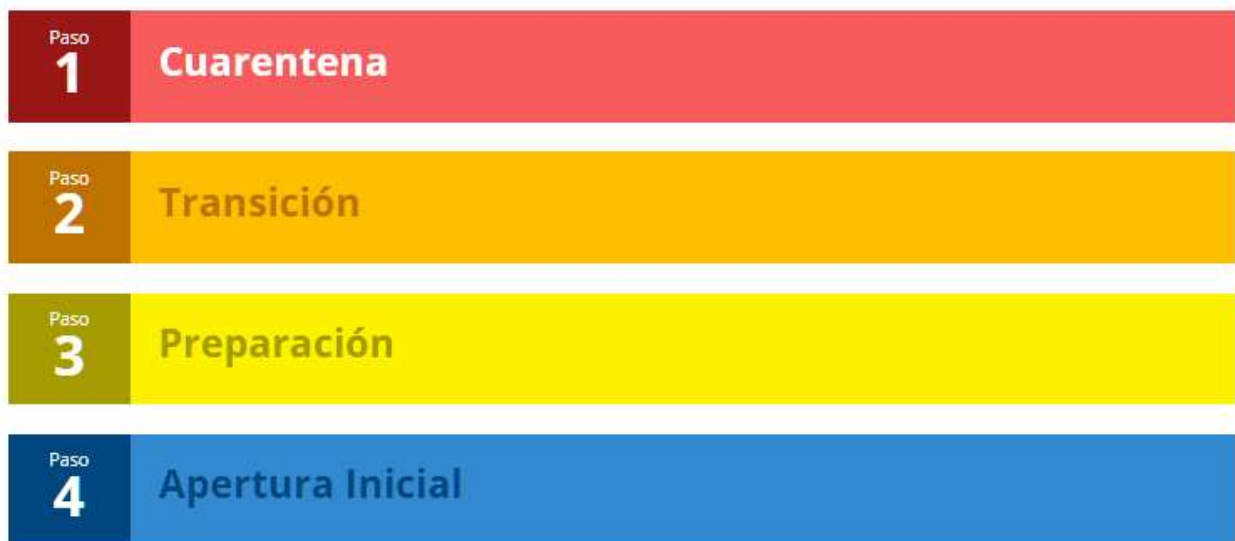


Conceptos Generales

DISTANCIAMIENTO SOCIAL: Es una medida de mitigación comunitaria, frecuentemente utilizada en pandemias o en el contexto de alerta sanitaria. Corresponde a la disminución del contacto físico entre personas en cualquier situación. En el contexto de la enfermedad Covid-19 las personas deben mantener al menos un metro de distancia entre ellas.

ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL (EPP): Equipo o dispositivo especialmente diseñado para proteger al cuerpo humano, en todo o en parte, de riesgos específicos o enfermedades.

PLAN PASO A PASO: El Plan Paso a Paso es una estrategia gradual para enfrentar la pandemia según la situación sanitaria de cada zona en particular. Se trata de 5 escenarios o pasos graduales, que van desde la Cuarentena hasta la Apertura Avanzada, con restricciones y obligaciones específicas. El avance o retroceso de un paso particular a otro está sujeta a indicadores epidemiológicos, red asistencial y trazabilidad.





Objetivos

General:

Garantizar el bienestar y seguridad de los ciclistas, sus familias, comunidad y miembros del staff en un contexto de retorno progresivo a la actividad, mediante la aplicación de las recomendaciones del presente documento y de acuerdo con las sugerencias y recomendaciones de la autoridad sanitaria y deportiva.

Específicos:

- 1.- Contribuir a proteger la salud de todos los individuos involucrados en el desarrollo de las competencias de ciclismo.
- 2.- Apoyar en aspectos médicos y deportivos la toma de decisiones de las autoridades que regulan la actividad deportiva en sus niveles formativo y profesional.
- 3.- Proponer el momento y las condiciones de seguridad adecuadas para la vuelta a los entrenamientos y competencias.
- 4.- Cuidar la salud de los deportistas en el proceso de vuelta a las competencias y entrenamientos, para recuperar la forma física de manera progresiva.
- 5.- Promover y respetar las recomendaciones de Organización Mundial de la Salud (OMS), Ministerio de Salud de Chile y Union Cycliste International (UCI).



Aspectos Generales Traslado e ingreso a las competencias.

Competencias en recintos privados al aire libre

- A los deportistas que vivan cerca de las instalaciones de competencia o entrenamiento se les recomendará llegar caminando junto con sus bicicletas al costado, mediante sus propias bicicletas o medios de transportes alternativos.
- A los deportistas que vivan más alejados y su movilidad sea en automóvil, se les pedirá estacionar el vehículo cerca de las inmediaciones del recinto deportivo o recinto del evento, con el fin de evitar aglomeraciones en el estacionamiento de la institución. SE RECOMIENDA NO COMPARTIR AUTOS, PERSONAS QUE VIVEN EN DIFERENTES DOMICILIOS.
- A los deportistas que se tengan que movilizar en transportes públicos se les aconsejará evitar los horarios punta, y ver la posibilidad de adaptar los horarios de traslado.
- El ingreso y salida del recinto será controlado y no se permitirá el ingreso a público.
- Los organizadores dispondrán medidas de higiene y sanitización inmediatamente al ingreso de los deportistas, evitando aglomeraciones y disponiendo un amplio espacio para este proceso



Aspectos Generales Pre-competencia.

Se debe determinar en qué fase del plan “Paso a paso” se encontrará la comuna en que se realizará el evento, para de esta forma dar cumplimiento a todos los requerimientos de la autoridad local.

De igual forma se debe advertir a todos los concurrentes de que se debe realizar y a dónde acudir en caso de presentar algún síntoma de riesgo de COVID 19.

La competencia se desarrollará en los días que sean necesarios para evitar la aglomeración de personas y el respeto a la normativa del plan paso a paso. Cada largada nunca podrá exceder a más de 25 deportistas, será en horarios y categorías diferenciadas y separadas en tiempo y distancia.

Al momento de la inscripción de cada deportista se hará una ficha previa que permita el seguimiento de contacto y la trazabilidad de los mismos en caso de ser necesario.

Antes de la competencia

Se realizará una encuesta de síntomas relacionadas con el COVID-19 la cual debe ser respondida por cada corredor 5 a 2 días antes de la carrera, la cual se corroborará por parte de la organización un día antes de la carrera. No podrá entrar nadie al recinto deportivo que no haya respondido el cuestionario previo.

Todo deportista debe presentar un resultado de PCR negativo realizado como máximo 72 horas previas al congreso técnico de la carrera, el cual se revisará al momento de la entrega del número del corredor.

En caso de solicitudes de participación por atletas extranjeros, estos deberán dar cumplimiento cabal a las exigencias de ingreso de extranjeros, es decir PCR y cuarentena correspondiente

Se deberá coordinar con autoridades de salud local para conocimiento del evento y preparación en caso de accidentes o manejo de casos sospechosos de COVID 19.

Antes, durante y posterior al evento se dispondrá de personal médico localizado para tratar cualquier accidente propio de la carrera.

En ningún caso el Congreso Técnico se hará en forma presencial. El organizador debe realizar el congreso técnico vía online por la plataforma que decida. Esto deberá ser informado en el momento de la inscripción y a lo menos 48hrs antes de la misma para de esta manera tratar de asegurar la presencia de los corredores e interesados en la competencia.

La carrera se realizará en un recinto privado, demarcado y protegido por personal de seguridad para prohibir el ingreso de personas no autorizadas.

En el recinto deportivo se adecuarán vías exclusivas para entrada y salida de corredores, personal adscrito, jueces y organizadores.



Se permitirá aforo del recinto de acuerdo con la normativa de la fase comunal. Solo se permitirá el ingreso a corredores, 1 acompañante encargado de la logística del corredor y organizadores del evento. El evento se realizará sin público que no esté autorizado previamente por la organización.

Estará prohibido el uso de camarines y duchas en el recinto deportivo.

Se asegurará el uso permanente de mascarilla en todo el lugar de competencia a excepción de los ciclistas en el momento de la carrera.

Se asegurará el mantenimiento del distanciamiento social y la ubicación de lugares indicados para zonas de mecánica y abastecimiento, los cuales deben estar demarcados a más de 1,5 metros de distancia.

La disposición, cuidado y limpieza de servicios higiénicos será con resguardo permanente por personal exclusivo para tal fin.

La organización del evento debe asegurar el correcto cumplimiento de todas las normativas antes dispuesta, así como la disposición de insumos para la sanitización personal y de elementos dentro de la carrera y la cantidad suficiente de dispensarios de desperdicios y basura.

Para el correcto cumplimiento de este protocolo se elaborará una ficha de acceso rápido con el detalle de lo requerido. (Anexo 3)

Durante la competencia

Se dispondrá de personal sanitario que controlará el ingreso de los participantes del evento mediante control de síntomas y temperatura antes del evento. Además, se dispondrá de alcohol gel y mascarillas en la entrada del evento. En el caso de la pesquisa de alguna persona con síntomas sospechosos de COVID se aislará en un lugar previamente determinado y trasladado al centro hospitalario de la comuna con todas las medidas de seguridad que este acto requiere.

La organización destinará personal de seguridad que verificará el ingreso de personas autorizadas mediante listado correspondiente emitido por la organización, además deberá velar por el correcto cumplimiento de las normas establecidas en relación al uso de las mascarillas, distanciamiento social y respeto a la demarcación previa.

Todas las locaciones establecidas consideran 3 áreas separadas y segregadas del recinto deportivo abierto, las cuales deben dividirse como zona de preparación y espera de deportistas, zona de largadas o llamados, y zona de pruebas donde se desarrollará la competencia.

Al momento de la largada se definirá espacios específicos para cada corredor, los cuales estarán previamente demarcados y separados al menos por 1,8 m². Cada largada no podrá ser de más de 25 corredores. Se limitará el acceso a todo el personal que o sea indispensable en el lugar de largada y llegada.



La premiación se hará solo con los ganadores de cada categoría apenas se termine cada carrera, manteniendo todas las medidas de seguridad y distanciamiento social.



Después de la competencia

La organización deberá velar por el cumplimiento de todas las medidas de seguridad para el momento de la premiación y la salida de los deportistas.

La organización realizará control de síntomas mediante seguimiento de los deportistas hasta una semana post evento.

En el caso de encontrar alguna persona sospechosa de COVID 19 durante cualquier fase del evento, la organización deberá informar la alerta inmediata a las autoridades sanitarias locales y deberá resguardar la coordinación y traslado del caso sospechoso a donde corresponda.

Con el fin de lograr un adecuado cumplimiento del Protocolo antes descrito, a nivel operacional se seguirán todas las recomendaciones indicadas por el MINSAL en relación al documento **“RECOMENDACIONES Y SUGERENCIAS PARA EL RETORNO SEGURO DEL CICLISMO”** (El cual se adjunta en el Anexo 1)



Anexo 1

RECOMENDACIONES Y SUGERENCIAS PARA EL RETORNO SEGURO DEL CICLISMO

Aspectos Generales De Prevención Para El Retorno A La Actividad Física Y Deportiva.

Este protocolo está enfocado a entregar directrices a los funcionarios para un correcto funcionamiento en el “Retorno Seguro a la Actividad Física y Deportiva”, y debe ser aplicado y respetado por todos quienes ingresen a los recintos deportivos incluyendo atletas, practicantes y trabajadores.

PROTOCOLOS OPERACIONALES

Con el fin de optimizar el uso de las distintas instalaciones deportivas, reduciendo al máximo el riesgo de contagio de COVID-19, se deben aplicar las siguientes medidas respecto del flujo de personas:

- **Ingreso y salidas únicas:** disponer de un sector exclusivo de acceso y de salida, con el fin de poder realizar por personal capacitado un control clínico de ingreso (control de temperatura) de todos/as los/las usuarios/as de las instalaciones.
- **Bloques de ocupación:** los recintos deportivos deben abrir en bloques de horarios específicos de ocupación y en función de las características del recinto y de la actividad a realizar. Cada recinto determinará quiénes y cuántos podrán ingresar al recinto acorde a la evaluación previa y acorde a lo establecido por las autoridades sanitarias.
- **Capacidad de ocupación:** establecer grupos de entrenamiento acorde a lo permitido por las autoridades sanitarias en las diferentes fases de desconfiamiento. Esto eventualmente puede sufrir modificaciones acorde a la normativa instruida por las autoridades sanitarias. No se permite el uso de camarines y duchas (“**entrar, entrenar y salir**”), debido a que en esos lugares el intercambio de implementos y exposición sanitaria es mucho mayor. El número máximo final por bloque horario estará supeditado a las características del recinto, del deporte/disciplina a realizar y de las instrucciones de las autoridades sanitarias.
- **Control de ingreso:** todo/a usuario/a de un recinto deportivo podrá hacer uso efectivo de su bloque de ocupación habiendo contestado el cuestionario de síntomas COVID-19 para cada día. Este cuestionario deberá ser rellenado cada día que el atleta, practicante y trabajador ingrese a un recinto.
- **Coordinador/supervisor de recinto:** se debe disponer de un coordinador/supervisor en cada recinto deportivo encargado de la aplicación del protocolo, junto con el registro de entrada y salida de personas. En casos justificados, deberá derivar al área médica o similar del recinto previa coordinación con personal correspondiente. Además, deberá dar énfasis a la educación sobre



medidas preventivas relacionadas a COVID-19. Por último, informará al personal de aseo de las instalaciones utilizadas para su mantención específica.

- **Insumos y comportamiento de higiene personal:** se debe disponer de insumos de higiene en puntos estratégicos del recinto. El uso de mascarilla es de carácter obligatorio y será responsabilidad del usuario contar con ella. Se debe mantener distanciamiento social acorde a lo expuesto por las autoridades sanitarias y el distanciamiento deportivo según actividad descrito en este protocolo. Las medidas preventivas más importantes y que deben ser cumplida en todo momento son:
 - Lavado frecuente de manos.
 - Estornudar o toser en el antebrazo o en pañuelo desechable.
 - Uso de mascarilla cuando no se está realizando la actividad física y deportiva (se entiende por mascarilla cualquier material que cubra la nariz y boca para evitar la propagación del virus, ya sea de fabricación artesanal o industrial (numeral 25, Resolución Exenta N°341, Ministerio de Salud)).
 - Distanciamiento social de al menos 1 metro cuando no se está realizando la actividad física y deportiva.
 - Evitar tocarse los ojos, nariz y boca.
 - No compartir artículos de higiene ni de alimentación.
 - Evitar saludar con la mano o dar besos. ○ Mantener ambientes limpios y ventilados.
 - Estar alerta a los síntomas por COVID-19.
 - En caso de dificultad respiratoria acudir a servicio de urgencia, o de lo contrario llamar a Salud Responde.
- **Box de Paciente Sospechoso/Aislamiento:** en el recinto se debe disponer de un box o sala de evaluación exclusivo para pacientes con sintomatología COVID-19, con elementos de protección personal adecuados (pecheras desechables manga larga, antiparras clínicas, mascarillas clínicas, guantes de procedimientos y gorro clínico desechable). Se deberá notificar al área médica o símil del recinto para la evaluación del paciente. En caso de requerirse, el mismo box servirá de zona de aislamiento hasta la derivación oportuna del paciente acorde a instrucción de autoridad sanitaria.
- **Personal calificado para aseo terminal:** disponer de personal de aseo con la preparación adecuada para la realización de aseo tipo terminal en el box de aislamiento.
- **Ventilación de espacios:** los espacios cerrados deben ser ocupados en su mínima expresión y se debe favorecer su ventilación en todo momento.
- **Espacios comunes:** se debe asignar un espacio determinado y señalizado para que los atletas, practicantes y trabajadores dejen sus bolsos o pertenencias; el lugar debe ser sanitizado en cada bloque designado para tal labor. Además, deben existir dispensadores para la eliminación de artículos de higiene de manera segura y debidamente señalizados.



- **Área médica:** se debe contar con personal médico o símil para alertar y conducir cualquier situación que pudiese aumentar el riesgo de contagio. El personal sanitario deberá regirse por el documento “Directrices de la OMS sobre higiene de las manos en la atención de la salud”. En caso de no contar con esta área, se debe contar con área de derivación previamente establecida con la autoridad sanitaria.

Aspectos Reglamentarios

En relación al aforo y acorde al Plan Paso a Paso se debe tener en cuenta lo siguiente:

Fase 2: Actividad deportiva: 10 deportistas como máximo al aire libre. No se puede realizar actividad deportiva en espacios cerrados.

Actividad pública en espacio abierto: 20 personas.

Fase 3: Actividad deportiva: 25 deportistas como máximo al aire libre; 5 personas como máximo en espacios cerrados.

Actividad pública: 150 personas al aire libre y 75 personas en lugar cerrado. Uso de mascarilla permanente. Sin consumo de alimento

Fase 4: Actividad deportiva: 50 deportistas como máximo al aire libre; 10 personas como máximo en espacios cerrados.

Actividad pública: 300 personas al aire libre y 150 personas en recinto cerrado. Uso de mascarilla permanente. Sin consumo de alimento



Anexo 2

CUESTIONARIO DIARIO DE INGRESO COVID-19

El llenado de este cuestionario es personal y es de responsabilidad exclusiva de la persona que lo completa. Debe ser contestado diariamente y es requisito para poder ingresar al recinto deportivo asignado. Recuerde que, acorde a las autoridades sanitarias, de tener síntomas relacionados a COVID-19 o de haber tenido contacto estrecho no debe salir de su residencia.

Nombre Completo: _____.

Fecha: __/__/__.

RUT: _____.

1- ¿Ha presentado alguno de los siguientes síntomas recientemente (últimas 24 horas)? (si usted tiene fiebre, o tiene dos o más síntomas de los descritos, no debe salir de su casa y avisar a su médico correspondiente):

- Fiebre (temperatura corporal de 37,8 °C o más)
- Tos
- Disnea o dificultad respiratoria
- Dolor torácico
- Odinofagia o dolor de garganta al comer o tragar fluidos
- Mialgias o dolores musculares
- Calofríos
- Cefalea o dolor de cabeza
- Diarrea
- Pérdida brusca del olfato o anosmia
- Pérdida brusca del gusto o ageusia
- Sin síntomas

2- ¿Ha tenido contacto estrecho con una persona confirmada con COVID-19? (si usted ha tenido contacto estrecho, no debe salir de su casa y avisar a la autoridad sanitaria)

- Si
- No



Anexo 3

FICHA DEL EVENTO

Fecha	
Nombre	
Lugar	
Responsable	

Aspectos a considerar:

Listado de personas autorizadas al ingreso del recinto	
Presencia de personal médico y paramédico en el recinto	
Presencia de ambulancia y lugar destinado a aislamiento	
Demarcación del recinto externo	
Demarcación de espacios destinados a deportistas y personal externo	
Salida y entrada al recinto por lugares diferenciados	
Presencia de personal de seguridad y sanitación al ingreso y dentro del evento	
Señaléticas incentivando las medidas de seguridad	
Disposición de materiales de sanitación personal al ingreso y dentro del recinto	
Disposición de contenedores para depósito de desperdicios	