



PLAN DE CONTINUIDAD
DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA
F.E.K.M.

DEPORTES DE COMBATE COMPETICIONES DEPORTIVAS

RESPUESTA A LA SITUACIÓN COVID19

F.E.K.M. | FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE KICKBOXING Y MUAYTHAI



PRÓLOGO

Esta guía se extiende para dar continuidad a la actividad deportiva de la FEKM tras el levantamiento de las medidas para la prevención de la COVID-19.

La implantación y seguimiento de las medidas es una responsabilidad compartida, tanto de los organizadores como de otros estamentos deportivos (entrenadores, árbitros y deportistas), todo ello en coordinación con los organismos nacionales competentes.

Tener conocimiento de la actualidad de comunicados que las autoridades sanitarias están haciendo respecto a los planes de prevención de la COVID-19 es uno de los requisitos necesarios para poder luchar contra esta emergencia sanitaria.

Este plan es de especial importancia para la realización de competiciones dentro del marco de la federación nacional, siendo necesario garantizar la protección de la salud de los participantes en el campeonato.

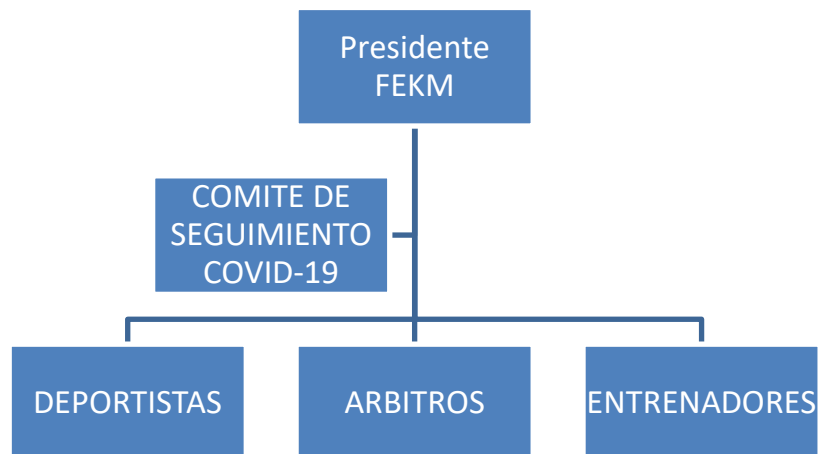
Todas estas medidas sanitarias y de higiene han sido supervisadas por el Director Técnico Dr. Jesús Díaz Romacho.



Estructura federativa de seguimiento del plan.

La federación nacional establece un comité de seguimiento de las medidas recogidas en este plan, para velar por su cumplimiento y detectar aquellas que se deban implementar como aquellas que por su ineficacia deban de ser sustituidas.

Este Comité de Seguimiento podrá compartir información y desarrollar planes, así como ponerlos en marcha con las autoridades competentes, en referencia a la protección a contagios por la COVID-19, en la celebración de campeonatos de la Federación Nacional.



Medidas para el cumplimiento de las normas del plan:

- Circular de aplicación
- Medidas disciplinarias
- Comunicación autoridad sanitaria.
- Seguimiento y control antes, durante y posterior a la celebración del campeonato.



I. RECOMENDACIONES ANTE PANDEMIA COVID-19

1. RECOMENDACIONES OMS

Medidas de protección básicas

- Manténgase al día de la información más reciente sobre el brote de la COVID-19.
- Cuide su salud y proteja a los demás a través de las **siguientes medidas**:
 1. **Lávese las manos frecuentemente** Lávese las manos con frecuencia con un desinfectante de manos a base de gel hidroalcohólico o con agua y jabón.
 2. **Adopte medidas de higiene respiratoria** Al toser o estornudar, cúbrase la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo; tire el pañuelo inmediatamente y lávese las manos con un desinfectante de manos a base de gel hidroalcohólico, o con agua y jabón.
 3. **Mantenga el distanciamiento social** Mantenga al menos 2 metros de distancia entre usted y las demás personas, particularmente aquellas que tosan, estornuden y/o tengan fiebre.
 4. **Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.**
 5. **Si tiene fiebre, tos y/o dificultad para respirar, solicite atención médica a tiempo.**

Manténgase informado y siga las recomendaciones de los profesionales sanitarios

- Manténgase informado sobre las últimas novedades en relación a la COVID-19.
- Siga los consejos de su dispensador de atención de salud, de las autoridades sanitarias pertinentes a nivel nacional y local y de su empleador sobre la forma de protegerse a sí mismo y a los demás ante la COVID-19.

REFERENCIAS:

- Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int/es>

2 RECOMENDACIONES PARA REALIZACIÓN ACTIVIDADES DEPORTIVAS KICKBOXING Y MUAYTHAI.

Estrategias de Control de la infección COVID19 DURANTE COMPETICIONES

Las estrategias de prevención de la infección COVID19

- **DISTANCIAMIENTO:** Separación de los deportistas durante la actividad deportiva:
 1. Actividades previas a la competición (calentamientos deportistas, actividades preparación a la competición) se realizarán individualmente manteniendo la distancia mínima de 2 metros respecto a otras personas. En caso de realizarse con el entrenador, este deberá estar protegido mediante mascarilla FFP2 (o N95) y máscara transparente de protección de la cabeza, así como protección en los ojos. Asimismo, durante el calentamiento deberán seguir las normas básicas.
Se suspenden los actos de saludo con contacto, previo al combate o posterior, no debiendo saludar ni al adversario ni a los entrenadores al final del combate.



2. El árbitro (que debe llevar obligatoriamente mascarilla FFP2 o N95 y guantes nitrilo de protección) valorará las protecciones de los deportistas así como distancia mínima de 2 metros, de manera visual, no debiendo tocar a los deportistas, salvo para evitar una lesión o para proteger la salud del deportista.
 - EL COMITÉ NACIONAL DE ARBITRAJE ELABORARÁ EL PROTOCOLO NECESARIO PARA ADAPTAR LA NORMATIVA A LA COMPETICIÓN Y A LAS MEDIDAS DE ALERTA SANITARIA.
 3. Los entrenadores mantendrán la distancia a la hora de dar instrucciones, así como la situación de los entrenadores respetarán un **mínimo de 2 metros respecto al tatami.**
- **CUARENTENA Y COMUNICACIÓN:** Aquellas personas tengan síntomas (principalmente fiebre, cansancio general, tos seca, dificultad respiratoria o falta de gusto) o bien que hayan dado positivo en cualquiera de las pruebas de la COVID19 (test serológicos con IgM + o IgG e IgM+ y/o PCR +), **no podrán participar en competiciones deportivas** así como deberán mantener informado en todo caso al Comité de Seguimiento de prevención del COVID19, de esta incidencia, ~~ya sea~~ **SIEMPRE: 3 DÍAS PREVIOS AL CAMPEONATO, SI SE PRODUJESEN DURANTE EL CAMPEONATO Y SI APARECIESEN ENTRE LOS 15 DÍAS POSTERIORES AL CAMPEONATO.**

Asimismo, aquellas personas que hayan dado positivo para la COVID 19, así como hayan tenido síntomas compatibles, sin haber realizado prueba, deberán comunicar **obligatoriamente (la no comunicación será siempre sancionable)** al COMITÉ DE SEGUIMIENTO dicha incidencia, no pudiendo participar en el campeonato si dicha incidencia ha sucedido en el periodo de 15 días anteriores al comienzo de la prueba.

- **MEDIDAS DE HIGIENE DE LA ROPA Y PROTECCIONES** Aquellas protecciones, así como la ropa utilizada durante el campeonato, debe estar previamente desinfectada, siguiendo las instrucciones de las autoridades sanitarias (Lavar la ropa a 60º C, desinfectar con geles hidroalcohólicos guantes y espinilleras previo al combate, dejando el tiempo necesario para que dicha sustancia se evapore y no pueda producir lesiones en el adversario)

Otras medidas de control que podrían adoptarse en clubes deportivos:

- Uso de guantes de nitrilo y mascarillas (FFP2 o N95) de entrenadores, árbitros y personal de organización. Siendo sustituidos los guantes en cada combate (árbitros).
- Uso de alfombras de desinfección de calzado o pies antes de entrada en el tatami y en el gimnasio.
- Uso de pañuelo (estilo badana) en la cabeza para evitar sudor con el casco puesto.
- Uso de zonas diferenciadas de árbitros, entrenadores y deportistas, evitando zonas de masificación como cafeterías.
- Las zonas de reunión deberán tener el tamaño necesario para mantener el distanciamiento necesario.
- Se dispondrá de personal necesario para poder mantener el orden y las medidas a adoptar, organización, seguridad y personal auxiliar del Comité de Seguimiento de prevención COVID19.
- Disposición de dispensadores de gel desinfectante de base hidroalcohólica para uso de los participantes.
- Zonas de vestuarios diferenciadas – Instrucciones para no uso de la zona de ducha en los vestuarios.
- Prever zona diferenciada de calentamiento, zona precámara, antesala de competición, zona de competición y salida diferenciada para los deportistas que han terminado la compleción.
- SEGUIMIENTO DE LOS POSIBLES CONTAGIOS – los participantes en el campeonato tendrán la obligación de mantener informado al Comité de Seguimiento de la COVID19 en caso de dar positivo o tener síntomas compatibles con la COVID19 en los 15 días posteriores al Cto.
- Se deberá tener información de todos los participantes referente a sus datos de localización, competidores con los cuales han participado y otras incidencias de posibles contagios.
- En la entrega de medallas el pódium deberá tener una distancia mínima de 2 metros entre cada uno de los medallistas o entrega de los trofeos o medallas en el Tatami u otra zona en la que se pueda mantener el distanciamiento.
- Es ~~recomendable~~ obligatorio nombrar ~~crear~~ un **COMITÉ O PERSONA** del Club deportivo (cuyo/s nombre/s deben comunicarse al Comité de seguimiento COVID-19) y que sea ~~pueda ser~~ el contacto para **monitorizar y realizar seguimiento** de posibles informaciones de casos de infección de miembros del club deportivo, informando de ello al Comité de seguimiento COVID-19.
- Indicar a los socios del club deportivo que deben comunicar (a la persona o comité nombrado a tal efecto por el Club deportivo) aquellas incidencias o riesgos que puedan tener respecto a posibles contagios, por ser profesiones de riesgo (mayores de 60 años, embarazo, enfermedad cardiovascular incluida hipertensión, enfermedad pulmonar crónica, diabetes, insuficiencia renal



crónica, inmunodepresión, cáncer en fase de tratamiento activo, enfermedad hepática crónica severa y obesidad mórbida -IMC >40-) o poderse encontrar en riesgo de exposición, para que extremen las precauciones y mantengan informado al responsable del club nombrado a tal efecto, de posibles incidencias compatibles con la COVID-19.



2.1. Recomendaciones a FFAA y clubes deportivos.

Recomendaciones Federaciones Autonómicas

- Estudio posibles medidas de ayuda a los Clubes Deportivos
- Estudio de ayudas a los estamentos de árbitros, entrenadores y deportistas.
- Potenciar la formación a distancia
- Potenciar las reuniones de órganos directivos y con los estamentos a distancia.
- Estar actualizado en protocolos de medidas de protección de la alerta sanitaria.
- Realizar protocolos para entrenamientos de deportistas de alto rendimiento autonómico siguiendo instrucciones de las autoridades sanitarias.
- Realizar protocolos de activación de los clubes deportivos de su ámbito territorial, siguiendo instrucciones de las autoridades sanitarias competentes.
- Activar protocolos de seguimiento de posibles incidencias de contagio.

Recomendaciones Club Deportivos

- Estudio posibles riesgos en el club deportivo, implementar medidas de evitación contagio.
- Proveer señalización para el seguimiento de medidas.
- Potenciar la formación a distancia.
- Potenciar seguimientos y reuniones online.
- Estar actualizado en protocolos de medidas de protección de la alerta sanitaria.
- Realizar protocolos para entrenamientos de deportistas, siguiendo instrucciones de las autoridades sanitarias.
- Realizar protocolos de entrenamiento, uso de instalaciones, aforo.
- Uso de aplicaciones de control de aforo
- Activar protocolos de seguimiento de posibles incidencias de contagio.

3. Medidas de realización de campeonatos en respuesta a la prevención COVID-19

- Identificar riesgos
- Identificar a las personas críticas ante contagio COVID-19
- Medidas contingencia ante contagio durante el Campeonato
- Recursos adicionales necesarios para garantizar el funcionamiento del campeonato.
- Demandas y necesidades de los participantes en el campeonato



4. Potenciar la formación a distancia

<https://blog.formacionfek.es/>

www.formacion-fekm.es



CREANDO FUTURO
Entrenador Deportivo
Kickboxing y Muaythai
TU DEPORTE, TÚ PROFESIÓN
 Titulación oficial deportiva

  **FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE KICKBOXING Y MUAYTHAI**
 www.formacionfekm.es

La formación es el arma más poderosa para cambiar el mundo.

info@formacionfekm.es | www.formacionfekm.es

BLOQUE COMÚN + BLOQUE ESPECÍFICO

- BLOQUE COMÚN:**
 - Total de horas: 60 horas - Modalidad 100% on line.
 - Examen presencial final para este bloque.
 - Con asignaturas generales, compartidas con otras modalidades deportivas.
 - Organizado por el CSO, o Administración de la Comunidad Autónoma.
- BLOQUE ESPECÍFICO:**
 - Total de horas: 45 horas - Modalidad semi-presencial.
 - Examen presencial final para este bloque.
 - Periodo de prácticas: 120 horas.
 - Impartido por FEKM.

¿Por qué hacer este curso?

- 📌 Para obtener la titulación oficial de entrenador en Kickboxing y Muaythai.
- 📌 Acceso a formar parte del cuerpo técnico de la Federación.
- 📌 Obtener la formación y ampliar la formación profesional.
- 📌 Posibilidad de acceso al Examen de Grado.
- 📌 Poder ser la cabeza de taller en competiciones nacionales, nacionales e internacionales.
- 📌 Impartir seminarios / talleres.
- 📌 Acceso como Ases de Grado.

Se está realizando un estudio de viabilidad de esta actividad en territorio de la FEKM.

¿Quién puede hacer este curso?

1. Mayor de 18 años.
2. Disponer de un correo electrónico de contacto válido.
3. No tener antecedentes penales.
4. Disponer de un teléfono móvil y ordenador.
5. No ser el responsable de un negocio que implique el ejercicio de actividades.

Facilidades para el pago.

- 📌 Pueden participar el pago con el método de su elección.
- 📌 Pueden pagar en cuotas.

formacionfekm.es

II. PLAN DE CONTINUIDAD DE LA ACTIVIDAD COMPETITIVA FEKM

Aspectos que debe incluir un Plan de continuidad Competitiva.



1. MEDIDAS REFERENTES:

2. PREVIAS A LA COMPETICIÓN Y DURANTE LA COMPETICIÓN

- Organización
- Deportistas
- Entrenadores
- Árbitros

3. AL FINALIZACIÓN DE LA COMPETICIÓN.



	ACTIVIDADES
1. Preparación de la competición	<p>Designar a un coordinador y a un equipo con responsabilidades y funciones bien definidas para que se ocupen de la planificación y de las labores de respuesta en caso de un contagio o para la aplicación de las medidas de prevención.</p> <p>Este equipo tendrá la función de elaborar y mantener actualizado el plan de actividades específicas para hacer frente a la pandemia en esa empresa.</p> <p>Determinar aquellas personas esenciales en el campeonato tanto en control de las medidas previas, durante el campeonato y posterior a respuesta de un posible contagio.</p> <p>Capacitar y preparar a los participantes en el campeonato, información puntual a las Autonomías para su difusión, así como consentimiento informado a los participantes sobre medidas a tomar.</p> <p>Prepararse para escenarios en los cuales pueda darse una situación de exigencia de control de las medidas de prevención, falta de medidas, aquellas medidas esenciales, así como posible respuesta a un contagio posterior al campeonato.</p> <p>Determinar el posible impacto que tendrían las medidas de prevención y la incidencia con el seguro médico asociado a la licencia federativa.</p> <p>Identificar los documentos necesarios para la protección de datos por la comunicación de datos a las autoridades sanitarias, en su caso, así como acreditación, consentimiento informado, documentos de comunicación del participante a la organización.</p> <p>Buscar información actualizada y fiable sobre la pandemia, contacto con los organismos de salud y autoridades competentes.</p>





2. Desarrollo competición

- Personal médico necesario – indicará medidas sanitarias a tomar.
- Personal de seguridad, control de accesos y aforos, con medidas de evitación de contagio.
- Personal de organización, envío información electrónica a los equipos y deportistas.

Se seguirán las siguientes medidas que podrán ser ampliadas o matizadas en la circular pertinente elaborada, siguiendo las instrucciones de las autoridades sanitarias y los informes de los diferentes comités de la FEKM.

1. No se permitirá acceso a espectadores.
2. Controles de acceso – acreditación técnicos y deportistas, pesaje y competición
3. Medidas de desinfección para acceso a zonas de calentamiento y zonas competición.
4. Medidas de distanciamiento social, uso mascarillas, guantes y otras medidas que se estimen; serán obligatorias durante la permanencia en las instalaciones.
5. Acceso a la zona de calentamiento, se mantendrán medidas distanciamiento social, evitando contacto.
6. Zonas de vestuario limitación aforo.
7. Se evitarán uso de duchas, fuentes y zonas de posible contagio.
8. Se diferenciarán zonas de reunión o descanso de árbitros, zonas de entrenadores, zona de organización, así como zona de calentamiento.
9. Se habilitará zona de precámara de acceso a competición, con control de protecciones, desinfección de las mismas y donde todos los asistentes en esas zonas deben llevar mascarilla y guantes de protección.
10. Aquellas personas de asistencia y control deberán portar los EPI (Equipos de Protección Individual) que se estimen oportunos.
11. Zona de pesaje: se establecerán con varias zonas, limitación aforo, medidas de distanciamiento social y con medidas de higiene en cada zona.
12. Zona de acreditación: se establecerán con varias zonas, limitación aforo, medidas de distanciamiento social y con medidas de higiene en cada zona.
13. Zona de Precámara para competición: se establecerán áreas de acceso a las diferentes zonas de combate, limitación aforo, medidas de distanciamiento social y con medidas de higiene en cada zona.
14. Zona competición: Se establecerán una zona de acceso controlada:
 - Accesos solo a los deportistas.
 - Llamamiento de la organización a los deportistas.
 - Medidas de distanciamiento social.
 - Todos deberán llevar mascarillas y guantes de nitrilo los entrenadores y las protecciones adecuadas los deportistas.
 - Solo un entrenador por deportista.



Todos los participantes tendrán la obligación de seguir las instrucciones de la circular del campeonato, así como de las instrucciones de la organización, servicio de seguridad y arbitraje; en caso contrario se le podrá expulsar de la competición y articular el régimen disciplinario pertinente.

COMPETICIÓN:

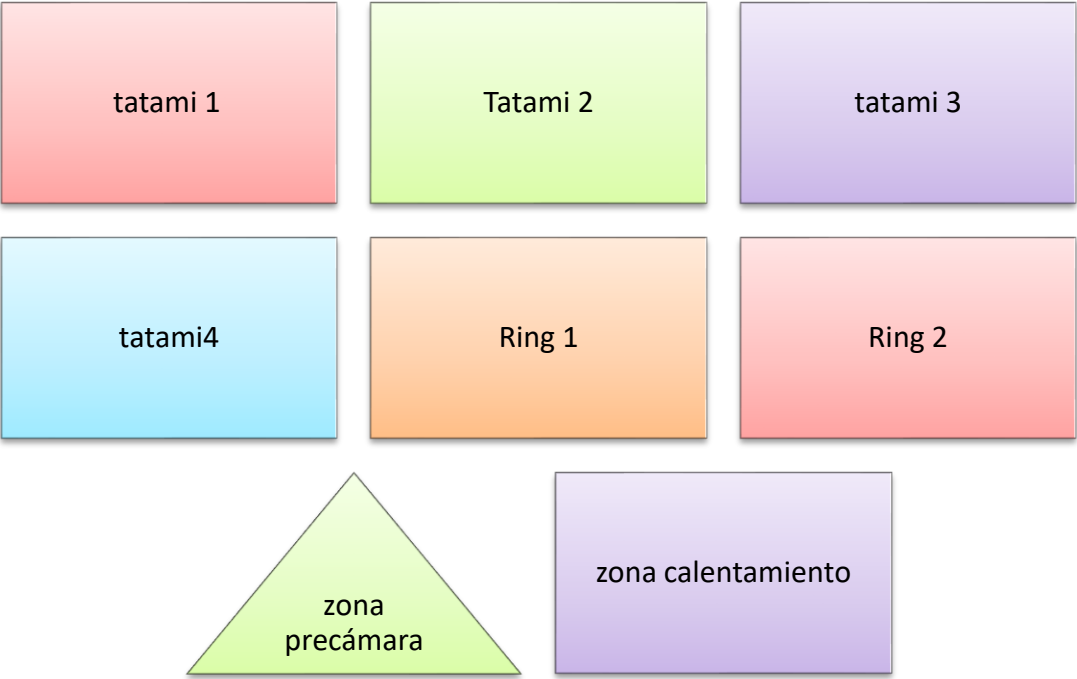
- Formas musicales: Se podrán realizar, siempre siguiendo medidas de distanciamiento social, con arbitraje y de forma individual.
- Tatami Sport, Ring Sport, Muaythai, se llevarán a cabo medidas de desinfección de las protecciones, así como se estudiará la posibilidad de uso de mascarilla y casco protector con pantalla, así como evitación de distancia de Clinch.
- En la competición el Comité Nacional de arbitraje elaborará protocolos de medidas de seguridad y las instrucciones que obligatoriamente deberán respetar los deportistas.

zona control acceso a instalaciones deportivas

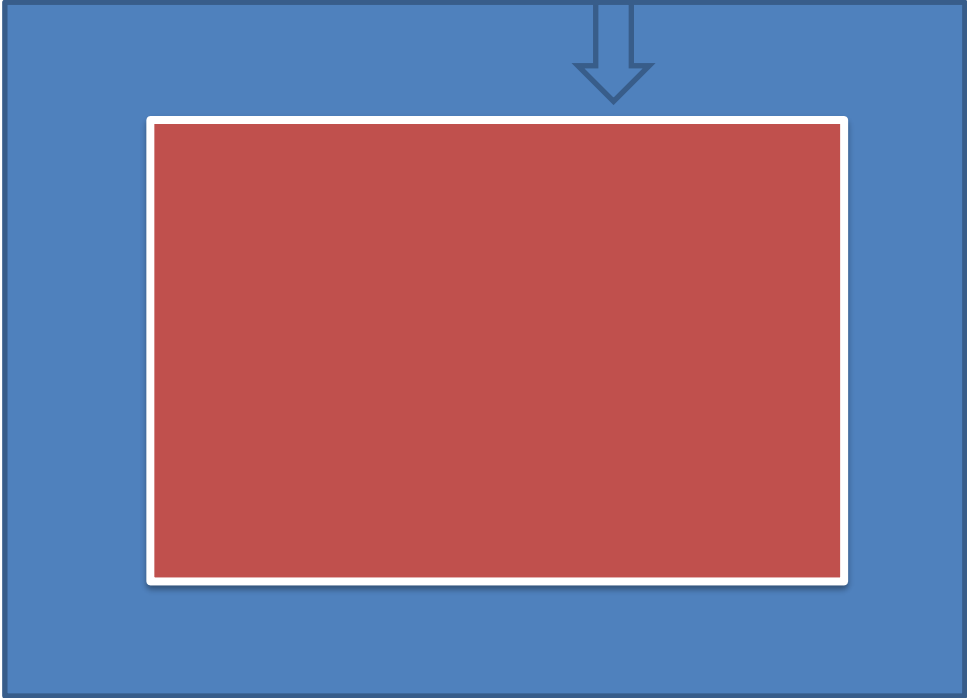
zona de control de acceso a vestuarios

Zonas de acreditación

Zonade pesaje



TATAMIS ZONA DE SEGURIDAD 2 M



Medias de distanciamiento con los árbitros en su disposición en la competición, de especial trascendencia en Tatami Sport



III. MEDIDAS DE ACTIVACIÓN DE LOS ENTRENAMIENTOS EN CLUBES DEPORTIVOS

MEDIDAS DE PROTECCIÓN A LA SALUD

En las instalaciones deportivas:

- Señalización (carteles informativos) en todos los lugares visibles de las instalaciones.
- Establecimiento de mecanismo de control de incidencias periódicas, de carácter preventivo, para seguimiento de situaciones de posible contagio.
- Medidas de **desinfección y limpieza** de los espacios del Club.
- Estudiar la compra y almacenamiento de material de protección para empleados y usuarios (señalización apropiada, mascarillas, guantes, geles hidroalcohólicos, incluso si fuese necesario filtros purificadores de aire, separadores de espacios).
- Regular de uso obligatorio de dicho material por parte de los empleados y usuarios del Club
- Posibilidad de realizar toma de temperaturas y/o realización de tests rápidos de detección de la COVID-19, en la medida que puedan ser proporcionados por las autoridades sanitarias, sobre todo en casos de sintomatología.
- Medidas de distanciamiento social en el desarrollo de actividades.
- Promover de forma generalizada la reserva electrónica de los espacios deportivos.
- Priorizar en una primera fase de inicio de la actividad el uso de espacios al aire libre.
- Restringir en una primera fase la oferta de ciertos servicios, de manera preventiva (aseos, gimnasios, vestuarios, saunas, piscinas, oficinas, etc.).

PRÁCTICA DE KICKBOXING Y MUAYTHAI EN CLUBES DEPORTIVOS

- La práctica deportiva en primera fase se puede centrar en trabajos en espacios abiertos.
- Medidas de distanciamiento social, mínimo 2 metros.
- Indicar la obligación de lavado de manos (gel hidroalcohólico o agua y jabón), inmediatamente antes y después de la práctica deportiva.
- Valorar la conveniencia de uso de guantes (preferentemente de nitrilo). ~~de látex~~
- Desinfección del material del club entre sesiones, con especial incidencia en aquel material con posible riesgo de contagio.
- Se recomienda uso de toallitas de papel, desechables, así como protocolo de tratamiento de los residuos.
- La actividad de grupo, controlar el aforo, según las medidas de distanciamiento, pudiéndonos centrar en preparación física de manera individual.
- Se prohibirá, hasta que las autoridades lo autoricen, el uso de vestuarios y duchas, a fin de ~~para~~ evitar el contacto entre usuarios en estos lugares.
- En caso de actividades con menores, indicar que puede ser acompañado por un adulto, manteniendo medidas de distanciamiento.
- Atención a las nuevas indicaciones de las autoridades sanitarias.
- Publicidad de normativa del club para el establecimiento de estas medidas.



ANEXO I

Recomendaciones para prevenir contagios coronavirus COVID-19

• Según el ministerio de sanidad, existen una serie de medidas dirigidas a la prevención y control de la infección. El coronavirus es una infección que se transmite principalmente por vía respiratoria y por el contacto directo con las secreciones respiratorias. Existen unas medidas generales, que se deben adoptar sobre todo en espacios espacialmente sensibles a la transmisión, como pueden ser campeonatos o gimnasios.

1- Disponer en las zonas de entrada a zonas de entrenamiento, precámara o competición de contenedores de residuos con tapa de apertura con pedal para su eliminación.

2- Higiene de manos. Esta es la medida principal de prevención y control de la infección.

- Además de realizar una correcta limpieza con jabón hay que tratar de llevar las uñas cortas y limpias, indicando a los deportistas que deben ~~preocupar~~ insistir en la higiene en este aspecto.
- El haber utilizado guantes no exime de realizar la correcta higiene de manos tras su retirada.

3-Limpieza y desinfección de superficies.

- La limpieza general se hará siempre en húmedo, desde las zonas más limpia a las más sucias.
- Es importante que no se quede humedad en la superficie, cuidado de la zona de combate para que esta no se quede húmeda
- Utilizar un sistema que permita preparar bayetas desechables para limpieza y desinfección de superficies utilizadas por los árbitros entrenadores.

4-Se recomienda, además, el uso de bayetas y mopas desechables, tanto para superficies como para zonas de combate.

5-La retirada de la ropa de la competición del deportista se realizará según las recomendaciones, embolsada y cerrada para su descontaminación en su domicilio.

Estas recomendaciones están basadas sobre un documento técnico emitido por el Ministerio de Sanidad para la “Prevención y control de la infección en el manejo de pacientes con COVID-19” (apartado 9.4.).



ANEXO II

Recomendaciones uso de equipos de protección individual (EPI)– Árbitros y Entrenadores

Protección ocular y facial

Se debe usar protección ocular cuando haya riesgo de contaminación de los ojos a partir de salpicaduras o gotas (por ejemplo: sangre, fluidos del cuerpo, secreciones...).

RECOMENDACIONES GENERALES: no tocarse los ojos con las manos y una higiene de manos intensiva, mediante agua y jabón preferentemente y, en su defecto, mediante gel hidroalcohólico.

- Debe garantizar máxima protección.
- Mínima molestia.
- Procurar la correcta colocación y fijación para evitar la entrada del agente patógeno; igualmente importante es la retirada de los EPIs para evitar el contacto con zonas contaminadas y/o dispersión del agente infeccioso.
- La evaluación del riesgo de exposición permitirá precisar la necesidad del tipo de protección más adecuado.

La retirada de los equipos de protección individual, deben colocarse en contenedores adecuados, para ser tratados como residuos biosanitarios.

- Recogerse en bolsas adecuadas y procedimiento de descontaminación.
- El método debe estar validado como efectivo contra el virus y ser compatible con los materiales de los EPI, de manera que se garantiza que no se dañe y por tanto su efectividad y protección no resulta comprometida.



ANEXO III

Acciones a tomar desarrollo de actividades deportivas FEKM

1. Objetivo: personas que participan en torneos o actividades, incluidos entrenadores, jugadores, árbitros, personal, espectadores, etc.

- La cooperación general es importante:
- Notificación: cada equipo, árbitro, técnico o deportista que participante debe seguir la situación de epidemia, mantenerse informado con la información aportada por las autoridades sanitarias oficiales.
- Cooperar con la política de prevención de epidemias: el organizador del torneo o evento y todos los participantes deben cooperar con la política de prevención de epidemias de las autoridades sanitarias competentes marquen sobre las medidas para llevar a cabo medidas relevantes de prevención de epidemias.

2. Los organizadores del torneo o evento, junto con las personas participantes deben establecer tareas conjuntas:

Estudiar y prescribir planes actuación o posponer evaluaciones, suspender juegos o actividades en el caso de riesgo de contagio.

3. Los eventos y actividades deportivas deben manejarse antes, durante y después del evento:

A. Antes de la competición o evento:

- Llevar a cabo una evaluación de riesgos, basada en la situación actual de epidemia, en el ámbito nacional y en el extranjero, la naturaleza del montaje y la participación de la competición, las características de los participantes, las evaluaciones de riesgos relevantes y si es necesario, invitar a la reunión a la autoridad competente y/o unidades de salud necesarias.
- Formular normativa de inasistencia, de personas participantes en los eventos, por fiebre o síntomas compatibles con COVID-19. Procurar publicidad y seguimiento de los procedimientos.
- Establecer un mecanismo de contingencia, continuar prestando atención a la situación epidémica de enfermedades infecciosas en el ámbito nacional y en el extranjero, y mantener actualizada en información a las personas relevantes del campeonato.
- Se implantará un Comité de Seguimiento para facilitar el cumplimiento de los protocolos, incluida la planificación de las actividades de montaje (como la planificación in situ y la separación temporal de casos sospechosos).
- Asistencia médica, como profesionales médicos estacionados para ayudar a proporcionar la escena del evento de reunión, evaluación o atención médica inicial, evaluación de los recursos médicos cercanos y el establecimiento de unidades atención en el campeonato con coordinación con otras unidades de salud, así como establecer el protocolo de notificación de casos relevantes.
- Organizará una reunión de grupo de contingencia para discutir las acciones anti epidémicas y establecerá a todo el personal necesario (incluidos los actuales planes de monitoreo de salud, un mecanismo de seguimiento y procesamiento, de incidencias)
- Enviará la información de prevención de epidemias a las unidades participantes para reenviar a su personal afiliado y retendrá a la persona que ~~tiene~~ tenga indicios compatibles con COVID-19.
- Durante la reunión de coaching, se solicitará a los delegados que fortalezcan la publicidad a los participantes y les recuerden que deben procurar la protección personal.
- Cuando se presentan síntomas como fiebre, tos y/o dificultad para respirar, ya sea que tome antipiréticos o supresores de la tos, debe tomar ~~teme~~ la iniciativa de informar al personal sanitario; asimismo debe aceptar la evaluación de salud de las personas con síntomas y aquellas con contacto con ella.
- Anunciar información anti epidemia en el sitio web del evento.
- Implementare la limpieza y desinfección del ambiente de los lugares donde se realizan los juegos o eventos.



- Deben haber suficientes instalaciones para lavarse las manos en el lugar de reunión, y se debe proporcionar de antemano un espacio apropiado de aislamiento. ~~o colocación, como~~ Para las actividades de montaje en interiores, es necesario confirmar el estado del flujo de aire del entorno.
- Según el número de actividades de montaje y el tiempo de procesamiento, preparar suficientes paquetes de equipos de limpieza y protección (como ~~jabón seco~~ desinfectante de manos -gel hidroalcohólico- o jabón de manos, etc.), toallas de papel y máscaras.

B. Durante la competencia o evento:

- Los participantes miden la temperatura corporal todos los días (incluidos entrenadores, jugadores, árbitros, personal, espectadores, etc.) y se enviará notificación, cuando la temperatura corporal existente es anormal.
- La entrada debe prepararse con máscaras y loción para manos de limpieza en seco, y avisos publicados, por favor, los visitantes con síntomas respiratorios usar máscaras y usar una loción para manos de limpieza ~~en seco~~ y mantener una distancia mínima de 2 metros de los demás, avisando siempre al organizador del evento, de dicha situación.
- Limpiar y desinfectar el ambiente del lugar después del evento o eventos, todos los días, superficies contactadas con frecuencia (como el suelo, mesas y sillas, teléfonos, etc., y cualquier superficie contactada con frecuencia). Las superficies de inodoros (como grifos, manijas de puertas de inodoros, tapas de inodoros y manijas de descarga) deben ser limpiadas regularmente por personal dedicado. Limpio, el ambiente general debe desinfectarse al menos una vez al día.
- Fortalecer la prevención de COVID-19, en especial el mantenimiento de hábitos de higiene personal.
- Los avisos (p. Ej., Carteles, pantallas LEDs, etc.) anuncian "Prevención COVID-19".
- Preparar equipos con termómetros electrónicos y máscaras para uso médico y de atención médica de emergencia.
- Se debe pedir a los miembros del personal o participantes que muestran síntomas respiratorios durante las actividades de concentración que usen máscaras, temporalmente y avisen al organizador.
- Mantener el espacio predeterminado de aislamiento o ubicación (o el espacio donde no deben pasar multitudes y circulación de aire).
- Se debe prestar atención a los ~~pacientes~~ usuarios con síntomas respiratorios, avisando al organizador del evento. ~~temporales~~
- Usar máscaras quirúrgicas y mantener el hábito higiénico de lavarse las manos con frecuencia. Mucha atención en usuarios con síntomas de "incomodidad" severa (como fiebre, dificultad para respirar, dolor en el pecho, mareos, ~~convulsiones~~, diarrea severa, etc.)
- Si se determina que una persona participante cumple con la definición de notificación síntomas COVID-19, debe tratarse de inmediato, de acuerdo con el mecanismo de contingencia prescrito y notificar a las unidades de salud y cooperar con las unidades de salud para realizar investigaciones epidémicas y medidas de prevención relacionadas.
- Evaluar con las autoridades competentes el número de participantes y la situación epidémica, realización del campeonato, etc.; si es necesario, se puede discutir con la unidad de salud local. Posteriormente se evaluará ~~juzgará~~ si las actividades deben ajustarse, posponerse o cancelarse para evitar la ocurrencia de reuniones grupales o la expansión de la epidemia.

C. Después de la competencia o evento:

- Establecer protocolo de seguimiento, monitorización de casos, mostrando publicidad a los participantes, por si alguno tiene síntomas compatibles con COVID-19, si tiene fiebre (temperatura ≥ 38 °C), síntomas respiratorios, diarrea o pérdida de olfato, debe tomar la iniciativa de informar al Comité de Seguimiento o al responsable de su equipo y tomar las medidas de protección adecuadas y guíe el tratamiento médico.



•

Normativa y documentos referenciados:

- PROCEDIMIENTO DE ACTUACIÓN PARA LOS SERVICIOS DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES FRENTE A LA EXPOSICIÓN AL SARS-CoV-2
(<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/PrevencionRRL COVID-19.pdf>)



ANEXO IV

Acciones a tomar desarrollo de Exámenes de Cinturón Negro

1. Objetivo: deportistas que participan en exámenes de Cinturón Negro realización de los mismos.
2. Se realizarán siguiendo las medidas de distanciamiento social
3. Se podrán acordar exámenes telemáticos por parte de la FEKM.
4. El Comité Nacional de Grados:
 - a. Elaborará protocolo de examen a distancia.
 - b. Indicará los tiempos y materias de examen dependiendo de la especialidad.
 - c. Hará la recomendación de fechas para la realización exámenes.
 - d. Realizará los contenidos de formación online para los deportistas que optan al examen.

CÓMO QUITARSE LOS GUANTES CON SEGURIDAD



- 1** Pellizca el guante en la muñeca. Evita tocar la piel.



- 2** Retira el guante totalmente.



- 3** Recoge el guante con la otra mano manteniéndolo sujeto y arrugado.



- 4** Deslizamos dos dedos dentro del segundo guante. **No tocar la parte exterior del guante.**



- 5** Retiramos el segundo guante.



- 6** Una vez nos quitamos los guantes, **los desechamos en una papelera con bolsa de plástico y la cerramos. Lavamos las manos.**