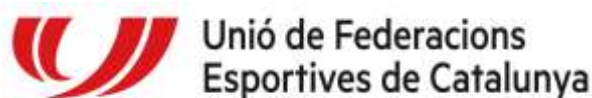


PROTOCOL PER A LA
MINORACIÓ DEL RISC DE
CONTAGI DE COVID'19
EN EL DESENVOLUPAMENT
DE PRÀCTICA ESPORTIVA
I COMPETICIÓ DE LA BOXA



FEDERACIÓ CATALANA DE BOXA AMATEUR

Vilamari 28, baixos 1a.
08015 Barcelona

Tel. 93 302 34 84 FAX 93 301 65 96

NIF- Q-5855024-E

e-mail- fcboxa@gmail.com

www.fcboxa.cat

INFORMACIÓ PRÈVIA

La Federació Catalana de Boxa Amateur; endavant FCBA, desenvolupa el present document en

funció de la documentació i mesures que han estat recomanades per les autoritats de Catalunya. No obstant això, poden ser d'aplicació mesures pròpies de cada municipi, que els diferents clubs, gimnasos o col·legis hauran de tenir en compte a l'hora d'aplicar les mesures oportunes. Les mesures proposades s'adeqüen al Pla Sectorial de l'Esport aprovat pel PROCICAT, que el compliment d'aquestes mesures son obligatoris i que la resta de possibles mesures que puguin aplicar les entitats son a mes a mes de les mesures del Pla. Les modificacions es faran en funció de la nova normativa publicada.

OBJECTIU

Aquest document presenta una base de treball per complir amb les mesures d'higiene, seguretat i salut establertes.

Cada club, gimnàs o col·legi és responsable de la implementació. Hi pot haver millores si així ho consideren.

NORMATIVA

- Decret 63/2020, de 18 de juny, de la nova governança de l'emergència sanitària provocada per la COVID-19.
- Pla d'acció pel desconfinament esportiu de Catalunya (SGEiAF)

LINK DE REFERENCIES:

https://esport.gencat.cat/web/.content/home/arees_dactuacio/afectacio-coronavirus-esport/NOU_MAR21_0-PLa_desconfinament_esportiu-Actualitzacio-Fase-REPRESA-versio-3.pdf

I.- MESURES GENERALS CAL TENIR PRESENT EN TOTES LES ACTIVITATS I INSTAL·LACIONS ESPORTIVES DURANT LA FASE DE REPRESA DE LA BOXA

D'acord al previst al Pla d'acció del desconfinament esportiu de Catalunya, per a la represa de l'activitat esportiva i la competició de la Boxa es requereix dels organitzadors i titulars d'instal·lacions l'adopció de protocols específics per a la determinació de mesures que procurin evitar el risc de contagi per COVID19 entre les persones participants a l'activitat.

Les mesures generals que cal tenir present en totes les activitats i instal·lacions esportives durant la fase de represa de la Boxa:

- Ús de la mascareta, a excepció del moment de fer activitat física i esportiva.
- Higiene i rentat freqüent de mans (aigua i sabó; solució hidroalcohòlica).
- Protocol d'actuació per reduir el risc de contagi amb la identificació de zones de risc.
- Desenvolupament de pràctiques i rutines individuals en un període inicial.
- Establiment de grups estables tenint cura del contacte durant l'estabilització del grup.
- Garantir traçabilitat, identificant i tenint control d'esportistes, organitzadors i públic.
- Declaració de responsabilitat.
- Identificació de la persona responsable del compliment del protocol i interlocutora amb l'administració (autoritats sanitàries, esportives i agents de seguretat).
- Desinfecció del material utilitzat, segons la normativa.
- Recomanació de fer ús de mitjons en la pràctica esportiva.

II.- MESURES ESPECÍFIQUES CAL TENIR PRESENT PER LA PRÀCTICA ESPORTIVA DE LA BOXA

La Boxa és un esport de contacte, per tant les mesures que s'han de seguir per a una pràctica segura són les següents:

ADEQUACIÓ DE MESURES I PLA:

Els clubs han d'adequar el seu propi protocol en funció de les seves activitats a les mesures d'higiene, seguretat i salut establertes.

LIMITACIÓ:

No hi ha limitació més enllà de la que resulti oportuna per garantir les mesures de distanciament i eviti la concentració de persones a les instal·lacions.

Durant la pràctica esportiva o esdeveniments no hi ha limitació de participació.

MASCARETA:

És molt recomanable l'ús de mascaretes sempre que sigui possible, però és possible no fer-la servir per part dels i les esportistes quan desenvolupin la pràctica esportiva.

En canvi, han de portar mascareta els entrenadors/es, monitors/es, tècnics/es, personal assistent, etc. També hauran de portar mascareta els àrbitres, jutges i similars.

També serà obligatori el seu ús en els accessos a instal·lacions, espais i recintes esportius, vestíbuls, vestuaris, ascensors, etc.

DECLARACIÓ RESPONSABLE

Cada esportista ha de presentar a la seva entitat esportiva una declaració que certifiqui que en els darrers 14 dies no ha tingut cap simptomatologia compatible amb la COVID-19, no ha donat positiu, no ha conviscut amb persones que ho hagin estat ni ha tingut contacte estret amb persones infectades.

Així mateix, s'ha de comprometre a informar de qualsevol canvi en el seu estat de salut per així mantenir actualitzada la seva vigència.

[Declaració responsable per a esportistes majors d'edat \(Annex 1\)](#)

[Declaració responsable per a les famílies d'esportistes menors d'edat \(Annex 2\)](#)

El responsable de compliment del PROTOCOL supervisarà el flux de trànsit en la sortida per evitar la formació d'aglomeracions. Guardarà el registre d'assistents i participants així com les declaracions responsables aportades per un termini mínim de 30 dies naturals des de la data de l'activitat i estarà a disposició de les autoritats sanitàries en cas que sigui requerit com a conseqüència de positius en contagi per COVID 19

PROCEDIMENT I PROGRESSIÓ DELS GRUPS ESTABLES

Durant els primers 14 dies d'entrenament els esportistes hauran d'entrenar sense mantenir contacte entre ells, després d'aquest període es podran fer bombolles de 2 esportistes que no podran treballar en contacte amb ningú més durant uns altres 14 dies. Un cop superat aquest temps es podran fer grups de dues bombolles (4 esportistes) que treballin entre ells, i així progressivament.

En els períodes de grups bombolla s'haurà de dur un registre de les persones que integren cada grup.

Protocols d'actuació en el club, gimnàs i col·legi:

[Nota: aquestes mesures poden ser millorades per cada instal·lació]

- Sempre que sigui possible s'establirà una ruta d'entrada i una altra de sortida.
- La porta de la instal·lació haurà d'estar oberta amb anterioritat, es recomana l'arribada com a màxim de 5 minuts abans per evitar aglomeracions i l'accés es realitzarà d'un en un.
- Es recomana l'ús de mitjons en la pràctica esportiva.
- A l'entrada de la instal·lació es prendrà la temperatura i hi haurà un punt de desinfecció de sabates i neteja de mans i peus amb gel hidroalcohòlic.
- Només podran accedir acompanyats a la instal·lació els menors d'edat o persones amb discapacitats.
- És recomanable que els pares / mares / tutors / tutores esperin fora de la instal·lació.
- S'adaptaran els horaris per evitar que coincideixin alumnes de diferents grups.
- S'informarà prèviament als alumnes de totes les adaptacions a la nova situació i protocols a seguir.
- Limitació de l'ús dels vestuaris / lavabos.
- Instal·lació de cartells informatius amb les recomanacions i protocols.
- Disponibilitat de papereres amb tapa i pedal.
- Recomanació de pagament amb targeta.
- Hi haurà una ventilació adequada.
- A l'entrada del ring o zona d'entrenament s'instal·laran dosificadors de gel o esprai higienitzant hidroalcohòlic i en els col·legis o espais que no fos possible la seva instal·lació, tenir a disposició el professor ampolles de gel perquè s'encarregui del seu repartiment als participants en la classe .
- Es respectarà la distància mínima de 2 metres en tot moment i en totes les zones de les instal·lacions, excepte en l'àrea d'entrenament.
- S'establiran mesures extraordinàries de neteja. Desinfecció d'instal·lacions i material.
- Els treballadors i voluntaris també hauran de complir amb totes aquelles mesures quan els hi siguin aplicables i hauran de complir amb totes les mesures de prevenció previstes en el protocol que no es derivin de la pràctica esportiva.

Protocol abans de la classe:

[Nota: aquestes mesures poden ser millorades per cada instal·lació]

- Si tens febre, tos irritativa o dificultat per respirar o si has estat en contacte amb afectats per COVID-19 queda't a casa i acudeix a un metge.
- La roba d'entrenament (vestimenta o uniforme) haurà de venir neta.
- Sempre que sigui possible, els alumnes vindran vestits amb la roba d'entrenament (, vestimenta o uniforme).
- Tots els participants en les classes professors / alumnes / altres hauran de netejar les mans i els peus amb el gel abans d'entrar a la classe. Es repetirà la rutina si en algun moment s'absentaran del tatami per anar a al bany o per a qualsevol altra necessitat d'absència.
- Tal com és pràctica comuna en el nostre esport, les sabates es deixaran fora de tatami o zona d'entrenament, evitant en tot moment el contacte de les sabates amb el mateix, però també el contacte dels peus amb el terra exterior.
- En aquelles modalitats en què sigui necessari l'ús de calçat, s'haurà de disposar d'uns exclusius per a l'activitat, nets i desinfectats abans de l' inici de la mateixa.
- Cada alumne ha de portar la seva ampolla d'aigua plena des de casa, ha d'estar ben marcada amb el seu nom i evitar compartir-la.
- Cada alumne haurà de portar una tovallola personal per assecar-se durant l'entrenament, així com les seves proteccions pròpies.
- El professor serà l'encarregat d'informar i d'educar els alumnes en totes aquestes mesures, a més de les establertes pel propi club, gimnàs o col·legi.

Protocol després de la classe:

[Nota: aquestes mesures poden ser millorades per cada instal·lació]

- Sempre que sigui possible, tornarà a casa amb la roba d'entrenament, sense fer ús del vestidor.
- L'abandonament de la sala es farà per ordre.
- Tots els participants en les classes professors/ alumnes/ altres hauran de netejar les mans i peus amb el gel o esprai higienitzant hidroalcohòlic al sortir de la classe.
- Es prohibeix quedar-se com a espectador en altres sessions i es procurarà no col·lapsar els accessos i sortides.
- La roba d'entrenament , usada durant la classe ha de ser rentada després de cada entrenament a una temperatura mínima de 60 ° (no a mà).
- El material utilitzat en la pràctica, serà personal (guants, benes, conquilla, canyelleres i cascos) i no serà compartit
- El material propi usat durant la classe (sacs, escuts, manyoples i paos) haurà de ser desinfectat amb els productes recomanats per a això

III.- MESURES ESPECÍFIQUES CAL TENIR PRESENT PER LES COMPETICIONS DE LA BOXA

A) Previ a l'esdeveniment i inscripció

Les instal·lacions on es vagin a realitzar les competicions i el personal encarregat de les mateixes han de complir amb totes les normatives sanitàries d'higiene lliure de SARS-CoV-2 dictades pel Govern Central i per les comunitats autònomes on es celebri la competició.

La inscripció es realitzarà per mitjà telemàtic podent la F.C.B.A. escurçar els terminis d'inscripció en cas de ser necessari per a garantir la salut dels participants. La Circular de cada competició determinarà les mesures concretes en relació amb la inscripció, atenent les recomanacions de les autoritats.

La Circular de cada competició determinarà les mesures concretes en relació amb la inscripció, atenent les recomanacions de les autoritats.

La programació de la competició ha de permetre temps suficient perquè es puguin adoptar mesures de neteja dels espais utilitzats i necessaris, coordinant els horaris corresponents.

B) Organització de la competició

La competició oficial de la FCBA comptarà amb un circuit zonal determinat per assegurar l'assistència i participació en la competició de manera segura i complint els protocols sanitaris.





La Boxa es desenvolupa en totes les seves competicions, amb presència de personal mèdic i personal sanitari d'atenció urgent, de manera que la FCBA comptarà amb l'opinió i recomanacions que manifesten els metges i personal sanitari, presents en la competició per a una millor adaptació i garantia de compliment de mesures sanitàries.

Es disposarà personal de seguretat per al control d'accés i sortida i de compliment de les mesures que contempla aquest protocol; dit personal assegurarà que hi ha un circuit d'entrada i un altre de sortida diferenciat per evitar qualsevol tipus d'aglomeració en la competició.

Així mateix, en totes les competicions hi haurà un responsable mèdic.

Aquest responsable mèdic de la competició es un metge de ring que pertany a l'equip mèdic de la Federació Catalana de Boxa Amateur (FCBA) i designat per a cada esdeveniment/competició pel Director Mèdic de la FCBA, Dr. Jesús Díaz Romacho, amb D.N.I 35.015.540-H i número de col·legiat 21985.

IV.- MESURES ESPECÍFIQUES PER A L'EQUIP ARBITRAL

La vestimenta dels oficials d'arbitratge, a més de la usada normalment, s'haurà de tenir en compte el següent:

Com obligatori:

1.-Ús de la màscara de protecció:

Les mascaretes que s'han d'utilitzar, entre totes les que es venen al mercat, són les màscares FFP2-UNE 0065, que són les que protegeixen, i eviten el contagi. Especialment important el seu ús en l'àrbitre central, ja que és el que està més exposat.

Per part dels jutges de puntuació, a l'estar a 3 metres del ring, i a 2 metres de el públic, així com allunyats del ring; poden fer ús de mascaretes quirúrgiques sol ús.

Les mascaretes s'han de canviar cada 4 hores d'ús, per evitar la creació d'humitats, i per això, el límit de l'ús d'aquesta mascareta.

Els àrbitres centrals hauran de canviar-la mascareta de seguretat cada vegada que arbitrin.

La màscara facial encara NO ÉS UN SUBSTITUT DE LA MASCARETA, cal utilitzar-la en el cas de l'àrbitre central.

Els jutges de cadira, cronometrador i delegat d'esdeveniment, hauran d'emprar, com s'ha establert, la mascareta de seguretat, sent en aquest cas opcionals les ulleres de seguretat, o la màscara facial completa.

2.-Ús de protector d'ulls.

3.-Ús de guants:

Els guants de protecció han de ser de nitril, sense pols adherit: Els guants de nitril SERAN OBLIGATORIS per a tot l'equip arbitral.

4.-Dues camises d'arbitratge:

Com ja és sabut, el virus, pels coneixements que es tenen a hores d'ara, pot adherir-se a la roba, per aquest motiu, i per poder tenir un millor control de la propagació de virus, és recomanable canviar-se la camisa d'arbitratge en el descans de l'esdeveniment.

Com aconsellable:

1.-Samarreta interior.

L'ús d'una samarreta interior ens permet estar més cobert, al fet que ens pugui penetrar part de la saliva o suor dels competidors a l'hora d'haver de acostar-nos en algunes accions del combat.

TAULA ARBITRAL

Dins de la taula central, es netejarà amb alcohol taula, cadires, i tot el material que es vagi a utilitzar.

Les cadires dels jutges d'arbitratge, també es netejaran amb alcohol.

Cada vegada que un jutge de cadira hagi de canviar de posició de treball, netejarà dit lloc amb alcohol.

S'intentarà que cada persona dins l'elenc d'arbitratge, es mogui el menys possible de les posicions d'arbitratge, amb les que iniciarien l'esdeveniment.

Cada oficial d'arbitratge farà servir sempre el mateix material, i si pot ser, que sigui de la seva propietat.

REFERÈNCIA A L'ÀRBITRE CENTRAL

- L'àrbitre central, a l'ésser l'oficial d'arbitratge amb major risc dins de l'equip arbitral, ha d'extremar la higiene i desinfecció del seu material de seguretat.
- Intentarà tocar el menys possible als competidors.
- Intentarà estar a una distància allunyada, per mantenir la distància.
- Entre els descansos dels assalts, netejarà els seus guants amb alcohol, o gel hidroalcohòlic.
- L'àrbitre central no recollirà les cartolines de puntuació, els jutges les deixaran a la taula central.
- A l'acabar el combat, tirarà els guants usats i els canviarà per uns nous, després de tornar a netejar-se les mans amb gel hidroalcohòlic.
- Al descans de l'esdeveniment, tots els oficials d'arbitratge canviaran les seves camises per unes noves, i les guardaran en bosses de plàstic, dins de les seves motxilles d'esport.

V.-DELIMITACIÓ DE ZONES

Zona 1. Vestuaris

S'habilitaran diferents vestuaris de manera que l'equip arbitral i els competidors disposin dels seus propis.

Zona 2. Pesatge.

Els esportistes de manera individual i respectant la zona delimitada per al compliment de la distància social d'1,5 metres passaran a una zona de pesatge per categories, hauran de portar mascareta en tot moment.

L'organització comptarà amb mesures de protecció i articles de neteja i desinfecció per als responsables de la pesada, es realitzarà la màxima desinfecció i neteja de les superfícies utilitzades.

Zona 3. Escalfament.

La zona d'escalfament serà d'ús exclusiu dels esportistes i es comptarà amb una superfície suficient per mantenir la distància social d'1,5 metres atenent el nombre d'esportistes convocats per competir.

A cada circular de la competició, atenent a les circumstàncies i característiques de cada instal·lació esportiva s'establirà el AFORAMENT MÀXIM d'aquesta zona d'escalfament.

Els esportistes podran estar acompanyats pels tècnics esportius, el nombre i condicions d'accés i estada en la instal·lació, es determinaran en la Circular del Campionat corresponent.

S'haurà d'establir una zona d'escalfament que pugui estar ventilada i es recomana la màxima desinfecció i neteja de la mateixa, al menys a la finalització de cada jornada.

Zona 4. Competició.

1. L'accés a la zona de competició serà sota estricta crida de l'organització, es comptarà amb una cubeta de líquid desinfectant per a calçat a la zona prèvia a l'entrada i es disposarà de gels hidroalcohòlics per a mans i desinfecció del material de protecció dels esportistes.
2. Les especificacions tècniques per a la competició s'estudiaran i realitzaran per a cada competició de forma individualitzada en cada Circular, sent l'objectiu la competició esportiva amb la major seguretat per a tots els participants DELIMITACIÓ DE ZONES.
3. La Direcció tècnica de la Federació d'establir les mesures específiques a adoptar en cada competició atenent les recomanacions de les autoritats competents, dins de la seva competència tècnic-esportiva, en tot cas:
4. La taula de jutges-àrbitres en la zona de competició igualment estarà formada pel mínim nombre de persones i mantenint la distància entre els llocs i els jutges-àrbitres hauran de portar mascareta en tota la seva actuació i en cas de no estar exercint la activitat arbitral s'ubicaran a la grada o, a la zona especialment habilitada per a ells amb la distància social suficient entre ells.

5. El personal d'organització i el personal sanitari ha de de portar mascareta i pantalles protectores en tota la seva actuació.
6. Es disposarà de gel hidroalcohòlic a la zona de competició perquè cada esportista pugui usar aquest gel a l'entrada i sortida a la competició així com els jutges i àrbitres en cada inici i finalització d'actuació hauran de procedir a la neteja de mans.
7. En tot cas, es comptarà amb el mínim nombre possible de persones per organització, àrbitres, taula de competició, etc., mantenint la distància social entre llocs i havent de portar mascareta en tot moment.
8. Es desinfectarà amb gel hidroalcohòlic tot el material arbitral i el material esportiu que s'utilitzi i pugui suposar contacte entre esportistes.
9. Es realitzaran tasques de desinfecció i neteja de la zona de competició - tatamis- a l'almenys cada 90 minuts.
10. La desinfecció i neteja de la taula de l'organització i les taules arbitrals es duran a terme al final de cada torn.
11. S'evitaran mostres d'afecte i afecte o salutacions relacionades amb contactes físics amb tercers.
12. S'ha d'establir un pas fluid entre la zona d'escalfament i competició i la sortida de la zona de competició, amb un sol sentit per evitar aglomeracions.
13. En la mesura del possible, tenint en compte les característiques de la instal·lació esportiva, s'ha de produir una ventilació periòdica de les ÀREES D'INSTAL·LACIÓ utilitzades.
14. Evitar tocar les mans, els ulls, el nas i la boca.
15. En cas d'intervenció mèdica, s'aplicaran les normes establertes pel servei mèdic sanitari.
16. Les ampolles d'aigua o qualsevol altre líquid no poden ser compartides i s'han de fer per a ús individual exclusiu.
17. No es podran compartir material esportiu necessari per a la pràctica esportiva

Zona 5. Sortida de la instal·lació

1. L'esportista, un cop finalitzada la seva competició: en cas de donar com a resultat el podi, assistirà a l'acte de lliurament de premis, amb les mesures de seguretat, deixant les instal·lacions en forma d'escalada al final de l'entrega de premis, en cas contrari haurà de sortir de la instal·lació. No podran tenir cura de les grades. Per al màxim nivell de seguretat, la neteja personal es duria a terme al seu lloc d'estada.
2. Es produirà la neteja, eliminació de residus, desinfecció i neteja de les zones utilitzades al final de cada dia.
3. Les persones que manegen les medalles ho han de fer amb mesures sanitàries (gels i desinfecció de medalles) també la persona que lliura els premis farà l'anterior entrega de desinfecció de mà i màscara i s'abstindrà de saludar amb les mans, abraçades o petons.

VI.-ACTUACIÓ PER A LA DETECCIÓ, VIGILÀNCIA I CONTROL DE COVID-19

La FCBA es compromet a complir i fer complir el que disposa aquest paràgraf del Protocol. La presència o participació en activitats i, en particular, en concursos serà evitada per persones que:

- (I) tenir simptomatologia compatible amb el contagi;
- (II) ser infectat sense infecció resolta;
- (III) s'havia establert la quarantena perquè havia mantingut un contacte estret amb una persona infectada confirmada o, encara que això no es pot determinar, amb una persona que té símptomes compatibles amb possibles contagis. En tot cas, els criteris que han d'aplicar les Federacions Esportives Espanyoles han de ser el que disposen les autoritats sanitàries en cada moment.

Els clubs, pel que fa als seus socis, o participants, en el cas de modalitats i especialitats que no tenen la consideració d'esports d'equip, tindran l'obligació d'informar a la FCBA del casos que, en base al que s'ha especificat en el paràgraf anterior, comporten la impossibilitat de participar en les competicions oficials federades a nivell estatal.

En cas de contagi, el retorn a l'activitat esportiva, i especialment a les competicions, requerirà l'autorització corresponent de la FCBA, estant condicionada a l'aportació per part dels interessats de la documentació mèdica corresponent acreditant l'existència objectiva d'una situació que no compromet la salut, ni de la persona interessada, o altres persones amb les quals pugui tenir o posar-se en contacte en l'activitat esportiva.

L'incompliment de les obligacions establertes en el Protocol comportarà l'aplicació del règim sancionador establert per la FCBA i/o, si escau, de l'organitzador. En els casos de sospita ben fundada de brot durant el període de pandèmia, la FCBA o organitzador competent ha d'informar a l'autoritat sanitària competent del període de 24 hores des del coneixement dels casos. La FCBA i els organitzadors disposaran dels mecanismes adequats per poder sancionar aquells participants que incompleixin el que estableix aquest Protocol i, si escau, els de reforç, podent arribar a la inhabilitació immediata.

VII.-ACTUACIÓ PER A UN CAS SOSPITÓS DE COVID-19 PER PART DEL RESPONSABLE MÈDIC DE LA COMPETICIÓ

Si el responsable mèdic de la competició detecta un cas sospitós de Covid-19

1.-Haurà d'informar a la persona:

- Que **s'ha d'aïllar preventivament al domicili fins que tingui els resultats** (si és una prova PCR els resultats els rep entre 24 i 72 hores).
- Que el **resultat el rebrà** a través de l'espai digital de **La Meva Salut**. Si la persona no està donada d'alta a **La Meva Salut**, se l'ha d'informar de com fer-ho a **lamevasalut.gencat.cat/alta** o ha de fer l'alta directament, en cas que l'usuari tingui dificultats.
- Que haurà de gestionar **una baixa laboral** durant el temps que tardarà a rebre els resultats (si és una prova PCR els resultats els rep entre 24 i 72 hores) i ha d'explicar com s'ha de tramitar a través de l'**eConsulta de La Meva Salut**.

2.-Haurà d'explicar-li que, **SI EL RESULTAT DE LA PROVA ÉS POSITIU:**

- Haurà de fer **aïllament domiciliari** i com l'ha de fer.
- És necessari que faci **control dels seus símptomes dos cops al dia mitjançant l'App STOP COVID19**. Si no el pot fer a través de l'app, s'ha de prendre la temperatura dos cops al dia. Si els seus **símptomes empitjoren** haurà de trucar al **061** o ha de contactar amb el seu professional sanitari a través de l'**eConsulta** de La Meva Salut.
- Si necessita **una baixa laboral**, també s'ha de tramitar a través de l'**eConsulta** de La Meva Salut

3.- Haurà d'informar-li de la importància **d'identificar els contactes estrets** (i què significa ser un contacte estret) per tal de tallar les cadenes de transmissió del virus.

Un contacte estret ha d'haver compartit amb la persona:

- ✓ Un espai de menys de 2 metres de distància.
- ✓ Durant més de 15 minuts. Sense mascareta.
- ✓ Al llarg de les 48 h prèvies a l'inici dels símptomes.

Caldrà informar-li que totes les **dades són confidencials**. Els contactes no saben la identitat de la persona que ha donat positiu. Les dades dels contactes també són confidencials i no se'n farà cap ús fora de les finalitats descrites en aquest procediment.

4.- Haurà de lliurar material d'interès a la persona

El tríptic de seguiment de contactes (Annex 3)

https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/_A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/triptic-seguiment-contactes.pdf

El document d'aïllament preventiu per al cas sospitos (Annex 4)

https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/_A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/aillament-preventiu-contactes-estrets.pdf

El document sobre com tramitar la baixa laboral (Annex 5)

https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/_A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/baixa-laboral-la-meva-salut.pdf

VIII.-PROTOCOL PER ALS LLIURAMENTS DE PREMIS EN ESDEVENIMENTS ESPORTIUS

Atesa l'exceptualitat sanitària que s'està vivint a Catalunya com a conseqüència de la Covid-19, la Secretaria General de l'Esport i de l'Activitat Física, per mitjà del Consell Català de l'Esport, estableix les següents mesures generals per tal d'aplicar-se en les cerimònies o entregues de premis que s'efectuïn com a extensió del desenvolupament d'una prova esportiva:

1. Mantenir la distància de seguretat interpersonal de 1 metre.
2. Utilitzar mascareta que cobreixi el nas i la boca durant tot el lliurament de premis
3. Netejar les mans abans i després de cada lliurament amb solucions hidroalcohòliques.
4. Es prioritzarà el lliurament individual dels premis. En cas que siguin activitats esportives participades per equips, e lliurament es farà a una persona representant de l'equip.
5. Caldrà que el premi material (copes, medalles, objectes, etc.) estigui prèviament desinfectat al seu lliurament.
6. En cas de fotografia conjunta garantir un espai prou ampli per assegurar el distanciament entre les persones, sense que pugui superar la concentració de sis persones màxim en el mateix espai.
7. El lliurament de premis es farà sense públic, en un espai reservat, completament delimitat i restringit per a les persones que no formin part de l'operativa del mateix lliurament.
8. Tota persona que formi part de l'operativa del lliurament de premis haurà d'estar degudament registrat per l'organització de l'esdeveniment, indicant exclusivament el nom i cognoms, representació i número de telèfon.
9. El personal assistent que participi en l'operativa del lliurament de premis, d'haver-n'hi, haurà de disposar i fer ús dels equips de protecció individual, així com procedir a la neteja de mans amb solució hidroalcohòlica de forma periòdica i en funció de l'activitat que desenvolupi.

10. En el cas d'assistir personal de premsa, caldrà que aquests mantinguin la distància de seguretat i igualment portin la mascareta que protegeixi la boca i el nas.
11. En cas d'haver calaixos o podis habilitats per al lliurament dels premis, serà necessari que siguin desinfectats abans de la cerimònia i després de cada lliurament.
12. En qualsevol dels casos, caldrà evitar el contacte físic en el lliurament dels premis, tals com encaixades de mans, abraçades o petons.
13. El responsable de compliment del protocol de la competició haurà de garantir el compliment de les mesures que s'adoptin en la cerimònia o celebració de lliurament de premis.
14. En el cas d'haver-hi parlaments per part de les autoritats i organitzadors, s'haurà d'habilitar un micròfon amb la deguda protecció i desinfecció després de cada ús.

ANNEX 1: DECLARACIÓ RESPONSABLE PER A ESPORTISTES MAJORS D'EDAT

En/na [Nom i cognoms] amb DNI/NIE [Número];

Declaro responsablement:

1. Que durant els darrers 14 dies i en aquest moment:
 - a) No presento cap simptomatologia compatible amb la Covid-19 (febre, tos, dificultat respiratòria, malestar, diarrea...) o amb qualsevol altre quadre infecció.
 - b) No he estat positiu/iva de Covid-19 ni he conviscut amb persones que siguin o hagin estat positives.
 - c) No he estat en contacte estret amb cap persona que hagi donat positiu de Covid-19 ni que hagi tingut simptomatologia compatible amb aquesta malaltia.
2. Que procuraré tenir el calendari vacunal actualitzat.
3. Que, en el cas de tenir febre o presentar algun dels símptomes compatibles amb la Covid-19, m'abstindré d'accedir a la instal·lació esportiva i no participaré en cap activitat esportiva que s'hi pugui desenvolupar. Així mateix, informaré del meu estat als responsables de la mateixa instal·lació.
4. Que he llegit els protocols de prevenció, higiene i seguretat disposats per l'entitat esportiva, i accepto complir responsablement en la seva totalitat les pautes que hi figuren. Accepto, igualment, que en cas d'incompliment d'alguna d'elles pugui ser exclòs/sa de l'activitat i/o de la instal·lació esportiva.
5. Que conec l'obligació d'informar als responsables de l'activitat esportiva de l'aparició de qualsevol cas de Covid-19 en el meu entorn familiar i de mantenir un contacte estret amb els mateixos responsables davant de qualsevol incidència.

I, perquè així consti, als efectes de poder accedir a la instal·lació i participar de les activitats esportives organitzades per la Federació Catalana de Boxa Amateur, signo la present declaració de responsabilitat i consento explícitament el tractament de les dades que hi ha en aquesta declaració.

Signatura

Barcelona, [dia] de [mes] de 2021

ANNEX 2: DECLARACIÓ RESPONSABLE PER A LES FAMÍLIES D'ESPORTISTES MENORS D'EDAT

En/na [Nom i cognoms] amb DNI/NIE [Número] en qualitat de pare, mare o tutor/a de l'esportista menor d'edat [Nom i cognoms];

Declaro responsablement:

1. Que el meu fill/a, durant els darrers 14 dies i en aquest moment:
 - a) No presenta cap simptomatologia compatible amb la Covid-19 (febre, tos, dificultat respiratòria, malestar, diarrea...) o amb qualsevol altre quadre infecció.
 - b) No ha estat positiu/iva de Covid-19 ni ha conviscut amb persones que siguin o hagin estat positives.
 - c) No ha estat en contacte estret amb cap persona que hagi donat positiu de Covid-19 ni que hagi tingut simptomatologia compatible amb aquesta malaltia.
2. Que procuraré tenir el calendari vacunal del meu fill/a actualitzat.
3. Que prendré la temperatura al meu fill/a abans de sortir de casa per anar a l'activitat esportiva organitzada per l'entitat i accedir a la instal·lació on aquesta s'hi desenvolupa i que, en el cas que tingui febre o presenti algun dels símptomes compatibles amb la Covid-19, romandrà a casa i no participarà a l'activitat esportiva. Així mateix, informaré del seu estat als responsables de la mateixa activitat.
4. Que he llegit els protocols de prevenció, higiene i seguretat disposats per l'entitat esportiva, i accepto complir responsablement en la seva totalitat les pautes que hi figuren. Accepto, igualment, que en cas d'incompliment d'alguna d'elles pugui ser exclòs/osa de l'activitat i/o de la instal·lació esportiva.
5. Que conec l'obligació d'informar als responsables de l'activitat esportiva de l'aparició de qualsevol cas de Covid-19 en el nostre entorn familiar i de mantenir un contacte estret amb els mateixos responsables davant de qualsevol incidència.
6. Que m'encarrego d'aportar la quantitat de mascaretes per al meu fill/a per als dies que duri l'activitat en cas que així ho requereixi l'equip de dirigents.

I, perquè així consti, als efectes de la incorporació del meu fill/a a les activitats organitzades per la Federació Catalana de Boxa Amateur, signo la present declaració de responsabilitat i consento explícitament el tractament de les dades que hi ha en aquesta declaració.

Signatura

Barcelona, [dia] de [mes] de 2021

ANNEX3.-EL TRÍPTIC DE SEGUIMENT DE CONTACTES

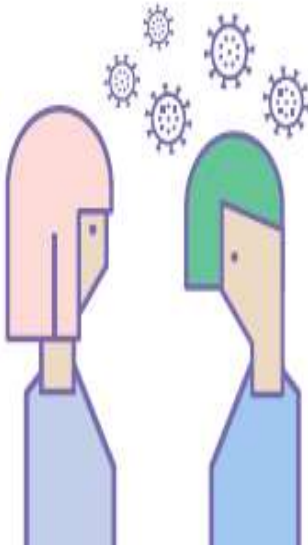
Per què és tan important detectar de forma precoç els casos de COVID-19 i els seus contactes estrets?

/ La detecció precoç de les **persones amb COVID-19** i la ràpida identificació i aïllament dels **contactes estrets** és fonamental per tallar la cadena de transmissió i evitar possibles nous brots.

/ A més, d'aquesta manera se'ls pot fer el **seguiment dels símptomes** i indicar-los l'**aïllament preventiu**, així com realitzar-los la **prova diagnòstica d'estudi** per detectar possibles casos **asimptomàtics de COVID-19**.

Què és un contacte estret?

/ Els **contactes estrets** són les persones amb qui **s'ha compartit espai a menys de 2 metres** de distància, **durant més de 15 minuts**, **sense mascareta** i des de les **48 hores prèvies** a l'inici dels símptomes.



Recursos sanitaris a la teva disposició

Dona't d'**alta** a l'espai de salut digital **La Meva Salut**:

- ▶ a través d'aquest formulari lamevasalut.gencat.cat/alta



Si tens símptomes, has de:

- ▶ contactar amb el teu **centre d'atenció primària**,
- ▶ trucar al **061/Salut Respon**
- ▶ o fer una **eConsulta** a través de **La meva /Salut**

Fes seguiment dels símptomes:

- ▶ descarrega't l'aplicació **STOP COVID19 CAT**



Cuida la teva salut emocional:

- ▶ accedeix a aquest enllaç **GestioEmocional.cat**



Per a més informació, consulta canalsalut.gencat.cat/coronavirus



Tallem la cadena de transmissió de la **COVID-19**:
detecció precoç de casos i seguiment de contactes estrets

ANNEX4.- EL DOCUMENT D'AÏLLAMENT PREVENTIU PER AL CAS SOSPITÓS

Aïllament preventiu per als contactes estrets de COVID-19

Què he de fer si soc un contacte estret?

/ Aïlla't en una habitació d'ús individual.

/ Procura no sortir de l'habitació i, si surts, sempre heu d'anar amb mascareta tu i els teus convivents.

/ Rentat les mans sovint, amb aigua i sabó o amb solucions hidroalcohòliques, especialment després de tossir, esternudar i tocar objectes o superfícies.



/ Rentat la teua roba de forma separada de la resta a 60°C o més.

/ Neteja el bany després de cada ús, si no pots fer-ne servir un només per a tu.

/ És important que estiguis localitzable.

/ Fas seguiment i vigilància dels teus símptomes dos cops al dia, a través de l'app STOP COVID19-CAT.

/ Fas una bona ventilació de l'habitació (10 minuts, 3 cops al dia).



Si em fan una prova diagnòstica, com sabré el resultat?

/ Si t'han fet una prova diagnòstica, pots consultar els resultats de la prova a través de La Meua Salut durant les 48-72 hores següents a l'extracció de la mostra.

/ Si la prova és un test ràpid d'antigen els resultats els tens en 20 minuts al mateix punt on se t'ha fet la prova.

/ Si encara no tens accés a La Meua Salut, pots donar-te d'alta a través del formulari següent:

► lamevasalut.gencat.cat/alta

Què he de fer si el resultat de la prova és negatiu?

/ Si la prova diagnòstica surt negativa, igualment has de fer l'aïllament preventiu de 10 dies, atès el període màxim d'incubació del virus.

/ Controla els teus símptomes i, si aquests apareixen, posa't en contacte amb el teu professional sanitari a través de l'eConsulta de La Meua Salut. Si són greus, fes-ho directament al 061.

Què he de fer si el resultat de la prova és positiu?

/ Si el resultat de la prova diagnòstica és positiu, cal que continues l'aïllament domiciliari.

/ La informació completa sobre com fer-lo la pots trobar aquí: <http://canalsalut.gencat.cat/web/contant/A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/consells-aillament-domiciliari.pdf>

/ Recorda: la detecció precoç de les persones amb COVID-19 i la ràpida identificació i l'aïllament dels contactes estrets és fonamental per mantenir el control de la pandèmia.

No ens podem relaxar. Existeix un rebrot!



Per a més informació, consulta canalsalut.gencat.cat/coronavirus

ANNEX5.- EL DOCUMENT SOBRE COM TRAMITAR LA BAIXA LABORAL

Si necessites tramitar **la baixa laboral**, fes-ho a través de **La Meva Salut**

- ▶ Entra a **La Meva Salut** i obre una **eConsulta** amb el teu professional sanitari d'atenció primària per sol·licitar la baixa laboral per **COVID-19**.
- ▶ El professional sanitari et tramitarà i publicarà l'**informe de baixa laboral** a l'espai **Informes i resultats de La Meva Salut**.



Si encara no tens accés a **La Meva Salut**, pots donar-te d'alta a través del formulari que trobaràs a:

La meva
/Salut

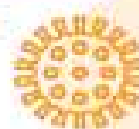
▶ **lamevasalut.gencat.cat/alta**



Si tens dubtes, contacta amb el teu centre d'atenció primària o truca al **061** /Salut Respon

Tallem la cadena de transmissió

/ Recorda: la detecció precoç de les persones amb **COVID-19** i la ràpida identificació i l'aisament dels contactes estrets és fonamental per **mantenir** el control de la pandèmia.



No ens podem relaxar. Evitem un rebrot!