

Montevideo, 29 de Abril del 2020

Asociación Nacional de Entrenadores de Basketball del Uruguay

Presidente Sr. Esteban Yaquina

Basketbolistas Uruguayos Asociados

Presidente Sr. Leandro Taboada

De nuestra mayor consideración

En las últimas horas ha circulado un proyecto de Protocolo Sanitario de la Federación Uruguaya de Basketball (FUBB) para el reintegro a las actividades deportivas en el marco de la epidemia por COVID-19 en Uruguay.

Ante la solicitud de análisis del mismo por parte de diferentes colectivos integrantes del basketball nacional, es que nos permitimos realizar las siguientes consideraciones:

1. En el entendido que, actualmente nos encontramos en una emergencia sanitaria declarada por las autoridades de gobierno; cualquier federación deportiva puede dar inicio a sus entrenamientos y/o competencias únicamente cuando sea autorizada por parte de las autoridades de la Secretaría Nacional de Deporte. En este contexto entendemos que cada disciplina deportiva tiene sus particularidades para volver a los entrenamientos, y no debe aplicarse un criterio único en las fases de la vuelta a la nueva normalidad, para poder pensar en algún momento, y previa autorización de las autoridades sanitarias, a la competencia.
2. En el caso particular del BASKETBALL, nos referimos a un DEPORTE COLECTIVO, de extremo y PERMANENTE CONTACTO durante el entrenamiento y la competencia, por lo cual deben extremarse medidas de prevención de los contagios de COVID-19.
3. Previo a toda consideración respecto al documento inicial elaborado por la FUBB; es muy importante remarcar, que, según los últimos estudios presentados al respecto; el distanciamiento físico necesario para prevenir el contagio es muy diferente cuando las personas están en situación estática (parados), comparado a cuando están en situación dinámica (caminata, carrera, trote). En tal sentido, se acepta mundialmente que a una velocidad de 4 km/h (caminando) el distanciamiento físico debe ser de 4 metros y en carrera no menor a 10 metros. También dichos estudios demuestran que en caso de entrenamiento grupal, los mismos no pueden ser todos en carreras lineales; si no reservando una distancia no menor a 10 metros entre deportistas.
4. En aquellos deportes en los cuales se utiliza balón, no hay ningún estudio de la implicancia del mismo en el contagio; por tanto debería, en principio, realizarse con UNA PELOTA POR DEPORTISTA, que no debe traspasarse entre ellos; e higienizarse correctamente al final de cada uso.

Con respecto a los puntos planteados en la FUBB, consideramos que:

**1. DESINFECCIÓN DE GIMNASIOS:**

- a. Dadas las características particulares de los clubes de basket, que son espacios cerrados y muchos de ellos hace por lo menos 1 mes que se encuentran cerrados, debería plantearse como primera medida la fumigación de los mismos, para prevenir cierto tipo de plagas que pudieran haberse desarrollado frente a la no utilización de los espacios.
- b. Luego de realizada esta fase, debería analizarse si las INSTALACIONES cuentan con ESPACIOS ADECUADOS para el lavado de manos frecuente y áreas limpias para el depósito de materiales.
- c. En cuanto al proceso de desinfección para el COVID-19, en el cual deben utilizarse soluciones con hipoclorito de sodio o amonio cuaternario en las disoluciones aprobadas por el Ministerio de Salud; el mismo debe realizarse 15

MINUTOS ANTES DE LOS ENTRENAMIENTOS; y repetirse cada vez que cambia el grupo de deportistas. DEBE HABER UN MÍNIMO DE 30 MINUTOS ENTRE LOS GRUPOS, para poder higienizar y permitir el secado del piso y las áreas de trabajo.

- d. En el caso de GIMNASIOS y/o ESPACIOS REDUCIDOS (usados para entrenamiento con pesas) los entrenamientos deberían ser INDIVIDUALIZADOS; O EN EL CASO DE GRUPOS REDUCIDOS la higienización debe hacerse en cada aparato y entre jugadores cuando van alternando el acceso a los aparatos.

## **2. INGRESO A LOS CLUBES:**

- a. EL MANEJO DE HORARIOS de entrenamiento debe ser estricto; reducido y RESPETANDO EL DISTANCIAMIENTO FÍSICO entre las personas.
- b. EL INGRESO A LAS INSTITUCIONES debe hacerse con una LISTA PREESTABLECIDA de concurrentes, pudiendo participar únicamente deportistas, cuerpo técnico, cuerpo médico y personal de apoyo del club, los que deberán estar CLARAMENTE IDENTIFICADOS para ingresar a las instalaciones. No se permitirá el ingreso de personas que no estén autorizadas previamente.
- c. EL INGRESO A LAS INSTALACIONES se hará por una única puerta, que en lo posible, no será la misma por la que se sale.
- d. PREVIO AL INGRESO se realizará CONTROL DE TEMPERATURA con termómetro digital a todas las personas, y se restringirá el acceso a las instalaciones según pauta del Ministerio de Salud. Cada Institución se reserva el derecho de admisión a sus instalaciones.
- e. Tanto en la PUERTA DE INGRESO, como en la de SALIDA se colocarán ALFOMBRAS SANITARIAS (con soluciones de hipoclorito de sodio o amonio cuaternario en las disoluciones adecuadas) en las cuales todos los asistentes se limpiarán la suela de sus zapatos al entrar y al salir de las instalaciones.
- f. Tanto en la PUERTA DE INGRESO como en la de EGRESO deben haber DISPENSADORES DE ALCOHOL EN GEL para proceder a higienizarse las manos tanto al entrar como al retirarse de las instalaciones. EN VARIOS PUNTOS DE LAS INSTALACIONES, y como mínimo CADA 20 METROS debe haber dispensadores de alcohol en gel disponibles para su normal uso.
- g. En los ESPACIOS COMUNES debe circularse con MASCARILLAS (tapabocas) tal cual lo marcan las pautas del gobierno nacional.
- h. PREVIO A ENTRENAR debe procederse al LAVADO DE MANOS con agua y jabón, lo que deberá reiterarse de manera frecuente y AL FINALIZAR EL ENTRENAMIENTO.
- i. La utilización de LOS ESPACIOS DE ENTRENAMIENTO será exclusivo para deportistas profesionales; lo que podrá variar de acuerdo a las autorizaciones que emitan las autoridades de gobierno para el reinicio de actividades de divisiones formativas o su uso social.
- j. En ningún caso se habilitará el uso de vestuarios y duchas

## **3. RECURSOS HUMANOS:**

- a. En todos los casos deberán estar presentes la menor cantidad de personas posible a los efectos de no generar aglomeraciones.
- b. La distancia mínima entre las personas debe ser de 5 metros.
- c. Cada club deberá contar con un Jefe Médico que se encargue de supervisar el cumplimiento del protocolo de trabajo y las pautas de prevención de COVID-19.
- d. Los FUNCIONARIOS DEL CLUB que concurren a los ENTRENAMIENTOS y/u OFICINAS deberán hacerlo con equipos de protección personal (EPP) que estará conformado como mínimo por mascarilla (tapaboca), guantes de látex, mascara acrílica.

- e. Para los entrenamientos es preferible que CADA DEPORTISTA concorra con su PROPIA INDUMENTARIA. Todos los que participan de los entrenamientos; al retirarse y llegar a sus domicilios, deberán, previo a tener contacto con sus familias, higienizar su calzado con solución de hipoclorito de sodio; proceder al lavado de su ropa a temperaturas superiores a 60°C y ducharse. Deben evitar todo contacto personal previo a haber completado toda esta fase de higiene para prevenir contagios.
- f. El personal del club que se dedique a la higiene de superficies y elementos de trabajo (incluso balones), debe hacerlo con EPP.
- g. No se habilitará el uso de bancos de suplentes.
- h. Las TOALLAS Y BOTELLAS de hidratación son de estricto uso personal, de preferencia, deben traerse desde sus casas; en caso de ser necesario, deben ser rellenas por el deportista e higienizadas post entrenamiento con agua y jabón, por el propio deportista al llegar a sus casas; evitando que otras personas tomen contacto con ellas.
- i. En caso de realizarse FISIOTERAPIA O PROCESOS DE REHABILITACIÓN o recuperación de la fatiga; los mismos deberán RESPETAR LAS PAUTAS que las autoridades del Ministerio de Salud establezcan para ello.

#### **4. ENTRENAMIENTOS:**

- a. Los DEPORTISTAS y todos los INTEGRANTES DEL STAFF, previo al inicio de las actividades deberán concurrir a un CONTROL MÉDICO. En los deportistas sanos con el fin de descartar las posibilidades de ser un posible portador asintomático o presintomático de la enfermedad y puedan detectarse síntomas o signos que pasaron desapercibidos para el deportista. CADA CLUB deberá proveer a los médicos actuantes el espacio físico acorde y los Elementos de Protección Personal (EPP) según los protocolos establecidos por el Ministerio de Salud y el Ministerio de Trabajo para la atención presencial de los deportistas.
- b. NO PODRAN INTEGRARSE a las actividades personas que hayan cursado la enfermedad, hasta que el MÉDICO DEL CLUB le otorgue el ALTA RESPECTIVA.
- c. LOS DEPORTISTAS O INTEGRANTES DEL STAFF deben informar al médico del club frente la PRESENCIA DE SÍNTOMAS relacionados con el COVID-19, a saber: decaimiento, tos, fiebre, secreción nasal, pérdida de olfato o gusto, dolor de garganta u otros que oportunamente fueran comunicados a la población por las autoridades del Ministerio de Salud. El médico llevará adelante los procedimientos según la pauta establecida por el Ministerio de Salud.
- d. EN CASO DE SOSPECHA DE CONTACTO con persona COVID 19 positiva; debe COMUNICARSE de forma inmediata al MÉDICO DEL EQUIPO para aplicarse las pautas del Ministerio de Salud para el manejo de la epidemia.
- e. EL REGRESO A LOS ENTRENAMIENTOS individuales podrá hacerse una vez que las autoridades del Gobierno Nacional lo autoricen. En tal caso deberá procederse a realizar PRUEBAS ESPECÍFICAS DE SARS-COV-2 y pautar un REINTEGRO PAULATINO, por grupos reducidos y con entrenamientos individuales o en grupos reducidos, con una distancia no menor a 10 metros entre deportistas. No podrá compartirse balones; ni realizar trabajos de oposición entre deportistas.

#### **5. OTRAS CONSIDERACIONES:**

- a. La Emergencia Sanitaria sigue vigente, y el éxito de las estrategias instaladas durante el manejo de la misma, depende mucho del compromiso individual. Si bien el comportamiento epidemiológico del COVID-19 en nuestro país ha sido menos agresivo que en otros países de la región, esto no significa que se pueda entrar en fases de toma de decisiones individuales y por tanto; fuera de la estrategia colectiva instalada y pensada por las autoridades de gobierno. Es importante entender que cada espacio de confinamiento que se abra, debe estar

vinculado con la estrategia colectiva; y debe ser consensuado con las autoridades.

- b. Adicionalmente, la importancia del acatamiento individual de las recomendaciones básicas impartidas por las autoridades de la salud ante la epidemia son parte fundamental para el éxito del regreso a los entrenamientos. Por tanto, vale la pena realizar las siguientes recomendaciones:
  - i. Lavarse las manos con agua y jabón de manera frecuente, o en su defecto utilizar alcohol en gel.
  - ii. Evitar tocarse la boca, nariz, ojos con las manos.
  - iii. Para toser y/o estornudar: deberá cubrirse con el pliegue del codo.
  - iv. Evitar entrar en contacto con cualquier superficie a menos que sea estrictamente necesario. Se deberá colocar avisos de NO TOCAR o EVITE TOCAR en todas las zonas necesarias.
  - v. No escupir en el suelo ni en las canchas. Se prohíbe el uso del celular, joyas, cadenas, aretes y, piercings en las zonas de entrenamiento.

Las autoridades de los clubes se comprometen a mantener una monitorización permanente de la actividad deportiva con vistas a corregir el presente protocolo en cualquier aspecto que ponga en riesgo la salud de los deportistas, staff y de la comunidad, así como a actualizarlo según la evolución de la pandemia y las recomendaciones que puedan surgir del equipo de gobierno.

El cumplimiento del presente PROTOCOLO constituye una OBLIGACIÓN Y RESPONSABILIDAD EXCLUSIVA DEL CLUB O INSTITUCIÓN donde se lleve a cabo la práctica del basketball. Del mismo modo, es su responsabilidad lograr que sus funcionarios accedan y conozcan sus disposiciones y las cumplan a cabalidad.

Quedando a la orden para colaborar en un trabajo colectivo que permita construir los pasos a seguir para volver a la práctica deportiva priorizando la salud de los deportistas y la sociedad toda, saludamos atte.

Dr. Daniel Zarrillo

Dr. Diego Larroque

Dr. Nicolas Arrieta