Federació Catalana de Triatló

Adaptació en l'organització de competicions per la Covid-19

Autor: Sergi Noguera Cano

Federació Catalana de Triatló

01.
INTRODUCCIÓ

02.
RISC EN LA COMPETICIÓ

03.
REDUIR FACTORS DE RISC

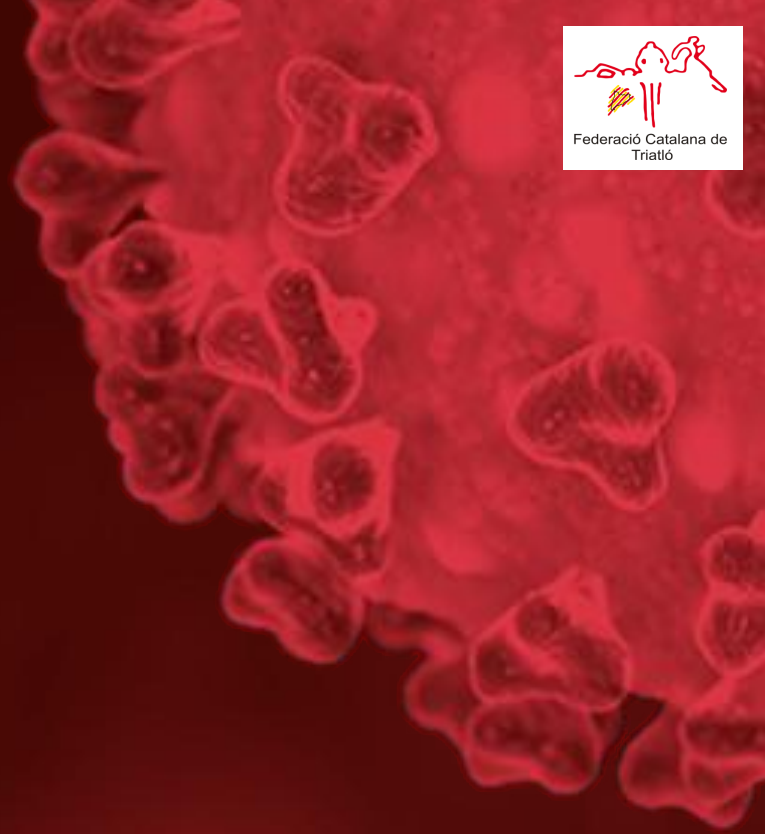
04.
IMPLEMENTACIÓ DE MESURES

05.
ANNEX

Autor: Sergi Noguera Cano

Federació Catalana de Triatló

01. INTRODUCCIÓ



Autor: Sergi Noguera Cano

01. INTRODUCCIÓ

Federació Catalana de Triatló

L'aparició de la COVID-19 ha representat un revulsiu total en la concepció i el desenvolupament de la vida social que fins ara ens governava en la nostra vida quotidiana. Des de la manera de treballar, a la manera d'interactuar amb terceres persones, l'epidèmia ha modificat els nostres hàbits quotidians, entre d'ells l'esport i la seva pràctica, ja sigui en la seva faceta de preparació o de competició.

Per intentar en la mesura del possible dur a terme competicions i combinar-ho amb les mesures necessàries d'allunyament social i seguretat sanitària, es presenta aquest projecte que, amb sort, mai hauria de ser aplicat.

Autor: Sergi Noguera Cano

Federació Catalana de Triatló

02.
RISC EN LA COMPETICIÓ

Autor: Sergi Noguera Cano

02. Determinació del risc en una competició

Federació Catalana de Triatló

Per tal de poder fer un mapa del risc existent de les possibles zones de contagi dins d'una competició, definirem el grau de risc en relació amb el contacte directe i que existeix entre els participants, oficials i personal organitzatiu amb la configuració actual d'un esdeveniment.

Definirem un codi de color que ens permetrà visualitzar ràpidament la catalogació de cada zona.

CODIS

Color	Descripció	Definició
	Possibilitat alta de contagi	No es respecta la distància de seguretat Contacte físic molt probable
	Possibilitat moderada de contagi	Es pot perdre la distància de seguretat Existència de contactes esporàdics
	No existeix cap risc de contagi	Es respecta la distància de seguretat

Autor: Sergi Noguera Cano

02. Determinació del risc en una competició

Federació Catalana de Triatló

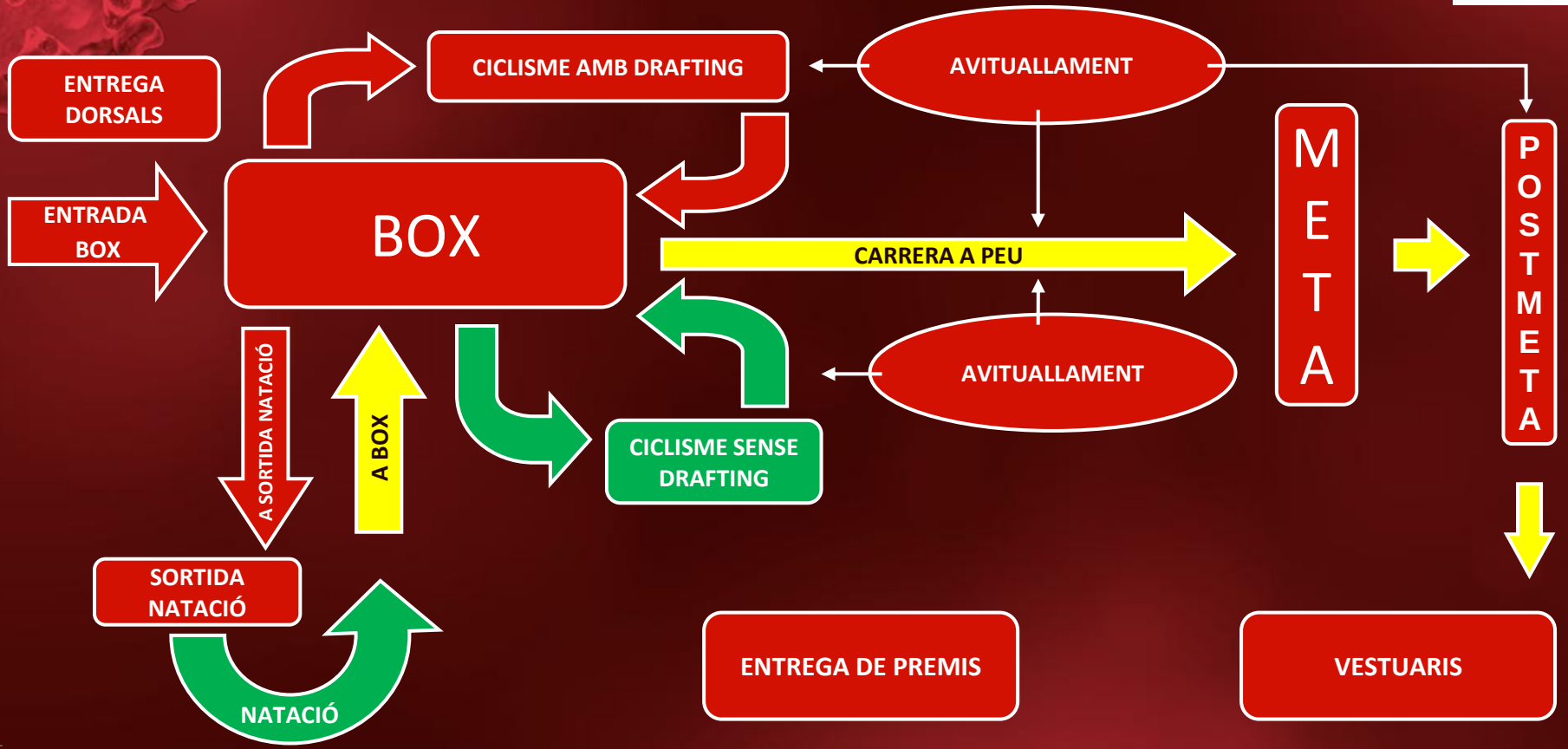
Anàlisis del risc cronològic per zones

Nº.	Nivell de risc	Zona
1		SECRETARIA, GUARDARROPIA , LLIURAMENT DORSALS
2		ENTRADA A BOX I CONTROL DE MATERIAL
3		DIPÒSIT DE MATERIAL A BOX
4		TRAJECTE A SORTIDA
5		SORTIDA
6		SEGMENT NATACIÓ
6		1 er. SEGMENT CURSA A PEU
7		ENTRADA A BOX DES DE 1er. SEGMENT
8		PRIMERA TRANSICIÓ BOX
9		SORTIDA DE BOX A SEGMENT 2
10		SEGMENT CICLISME AMB DRAFTING
10		SEGMENT CICLISME SENSE DRAFTING
10		SEGMENT FINAL EN AQUATLÓ
11		AVITUALLAMENT
12		ENTRADA BOX FINAL SEGMENT 2
13		SEGONA TRANSICIÓ BOX
14		SORTIDA DE BOX A SEGMENT 3
15		CURSA A PEU
16		AVITUALLAMENT
17		ENTRADA A META
18		POST-META (AVITUALLAMENT, FISIOS, ETC.)
19		VESTUARIS
20		LLIURAMENT DE PREMIS

Autor: Sergi Noguera Cano

02. Diagrama de zones de risc actuals

Federació Catalana de Triatló



Autor: Sergi Noguera Cano

Federació Catalana de Triatló

03.
REDUIR FACTORS DE RISC

Autor: Sergi Noguera Cano

03. Determinació del risc en una competició

Federació Catalana de Triatló

Proposta de mesures per reduir els factors de risc

Com es desprèn de l'anterior anàlisi i diagrama, els nivells de risc que existeixen en el format estàndard d'una prova actual són molt elevats i en conseqüència, és molt improbable que qualsevol autoritat ens concedeixi les autoritzacions oportunes. Per aquest motiu, calen mesures per portar-nos a un escenari de risc mínim, adaptant la competició als requeriments sanitaris de mínim risc o de risc cero. Aquestes mesures s'han de plantejar tenint en compte factors molt diversos, com ara la no utilització dels materials que poden ser contenidors i propagadors del virus en les infraestructures d'una competició, minimitzant el nombre de persones necessàries per muntar la prova, l'ús de les noves tecnologies i els seus recursos per evitar contactes i l'adequació del reglament per tal d'assolir la situació de seguretat.

Autor: Sergi Noguera Cano

03. Determinació del risc en una competició

Federació Catalana de Triatló

Mesures en infraestructures

Totes les mesures estan dirigides a evitar possibles contagis, ja sigui respectant les distàncies de seguretat i evitant aglomeracions, així com les que es puguin produir per contacte amb materials i elements en els quals es pugui dipositar el virus. Això també conduirà a un redisseny de les diferents àrees perquè aquests objectius es compleixin.

Autor: Sergi Noguera Cano

03. Determinació del risc en una competició

Federació Catalana de Triatló

Directrius generals

- Mínim de personal per al muntatge d'infraestructures degudament protegits amb PPE i respectant les mesures d'higiene personal al màxim.
- Utilització del material mínim per delimitar les zones de competició. És aconsellable utilitzar la cinta perimetral en detriment de les tanques.
- Eliminació total d'elements porosos on es pot dipositar el virus durant molt de temps, com catifes, arcs o torres de meta, cistelles o contenidors per deixar material del participant, cadires de plàstic, pancartes i elements publicitaris, Etc.
- Tot el material d'infraestructura bàsica en què el participant pugui tenir contacte físic ha de ser degudament desinfectat (barres de suport de bicicletes, zona de boxes).
- S'eliminen el guarda-robes, els vestidors i l'àrea de lliurament de premis.

Autor: Sergi Noguera Cano

03. Determinació del risc en una competició

Federació Catalana de Triatló

Disseny de les zones de competició

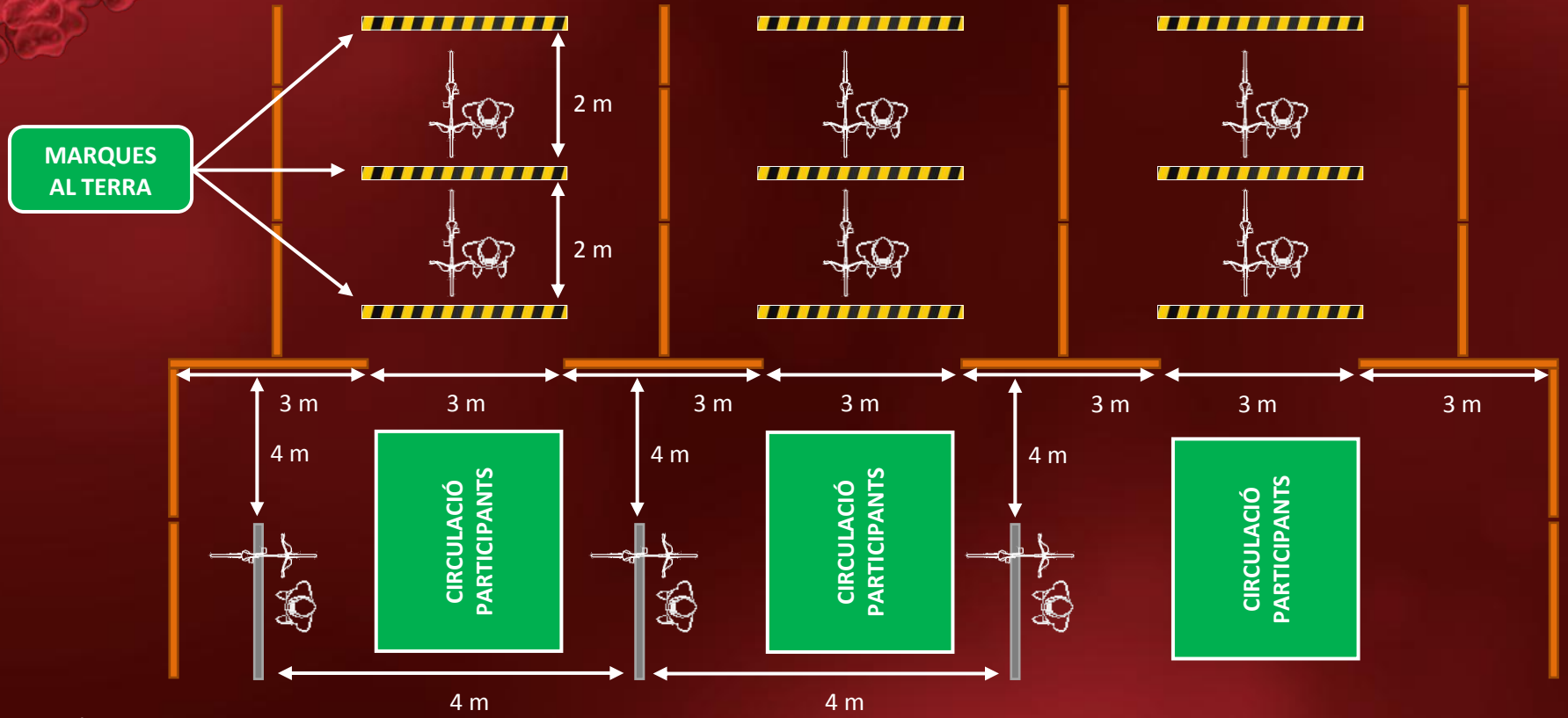
Per tal de garantir la distància de seguretat corresponent entre els participants, les zones han de ser dissenyades per complir amb l'objectiu.

Seguidament es presenten possibles solucions.

Autor: Sergi Noguera Cano

03. Determinació del risc en una competició

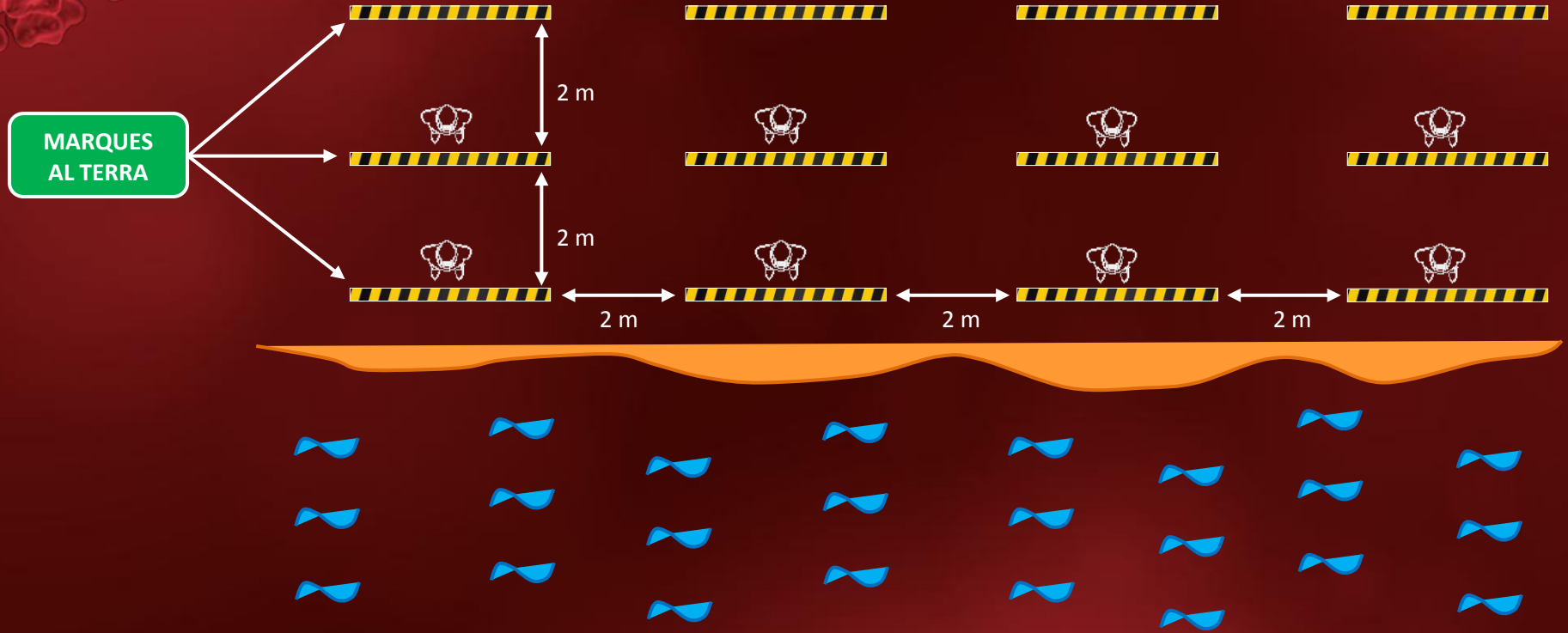
Modificacions a realitzar per zones de competició - Entrada a Box



Autor: Sergi Noguera Cano

03. Determinació del risc en una competició

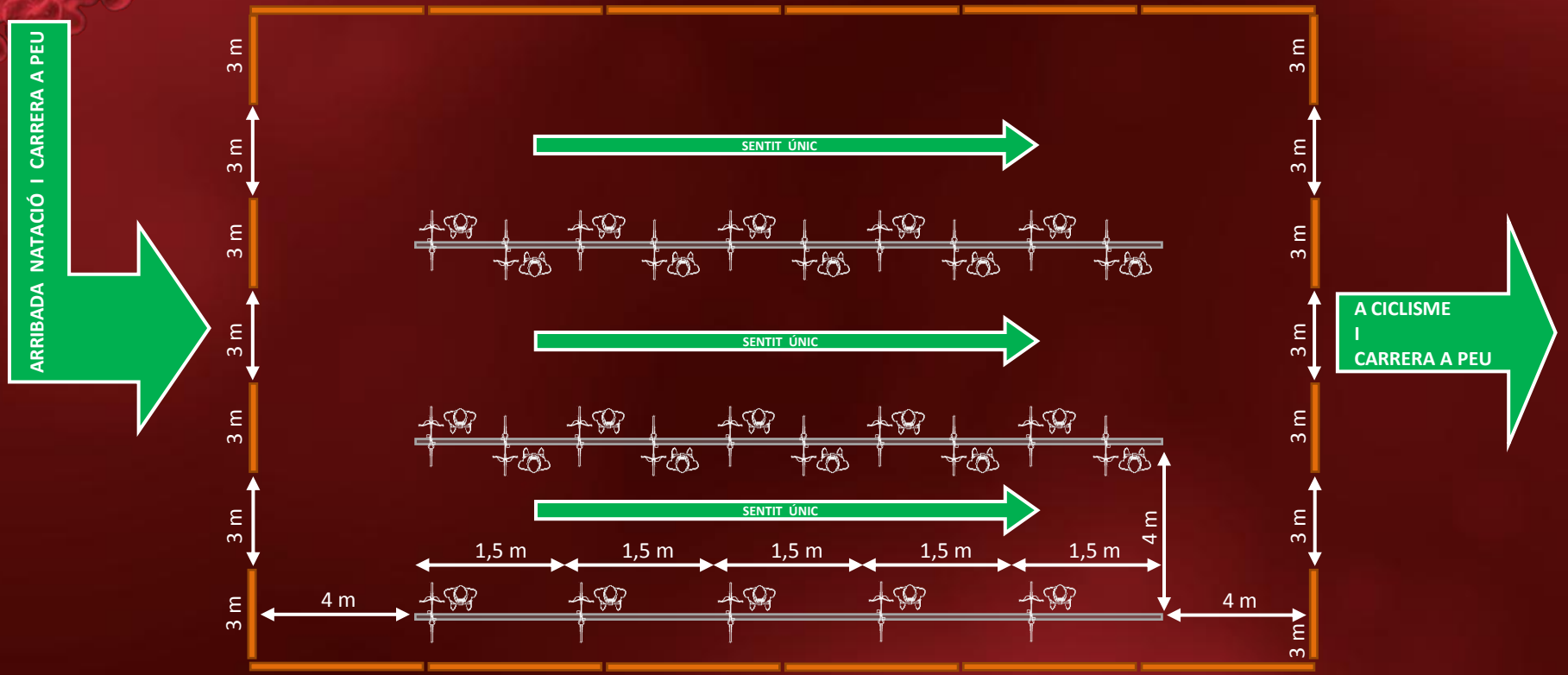
Modificacions a realitzar per zones de competició - Sortida de Natació



Autor: Sergi Noguera Cano

03. Determinació del risc en una competició

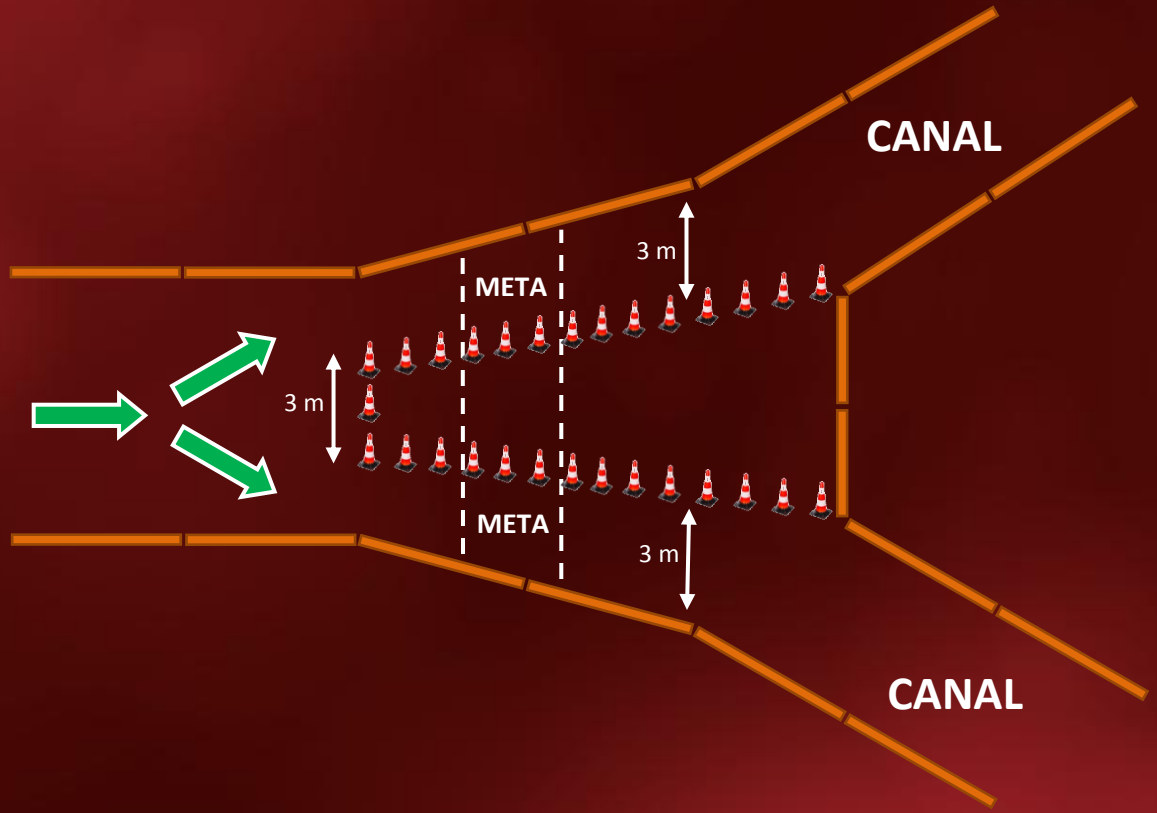
Modificacions a realitzar per zones de competició – Distribució de Boxes



Autor: Sergi Noguera Cano

03. Determinació del risc en una competició

Modificacions a realitzar per zones de competició - Arribada



Federació Catalana de Triatló

Autor: Sergi Noguera Cano

Federació Catalana de Triatló

04.
IMPLEMENTACIÓ DE MESURES

Autor: Sergi Noguera Cano

04. Implementació de mesures

Federació Catalana de Triatló

Mesures en l'àmbit del reglament

El nou disseny de zones, evita els contactes personals innecessaris, la nova realitat de la competició i la tecnologia de que disposem, tenen una translació a la modificació de l'actual normativa amb la finalitat de complir els estàndards de distàncies de seguretat.

Les mesures a adoptar en aquest àmbit són:

1. Reduir els oficials al màxim. Tots ells han d'estar equipats amb l'EPI (màscares FFP2 o KN95 i guants).
2. L'ús del dorsal no és obligatori, s'elimina el punt de lliurament. En cas de lliurament de dorsals, es respectaran les distàncies de seguretat. El participant ha de portar el seu xip i pintar el seu dorsal verticalment i visiblement al braç esquerre i la cama dreta.
3. El control de material no es porta a terme a l'entrada de box. El control de material es realitzarà un cop tots els participants estiguin fora de box. El material no permès tindrà com a penalització la desqualificació directa. Només es permeten bicicletes amb manillar tradicional corbat i sense acoblament fins a distancia olímpica.
4. No es prendran temps parcials per evitar aglomeracions en un punt, només temps final.

Autor: Sergi Noguera Cano

04. Implementació de mesures

Federació Catalana de Triatló

Mesures en l'àmbit del reglament

5. Els oficials que han d'anar en moto ho faran individualment, conduint ells el vehicle, evitant així el contacte directe amb un tercer.

6. No es permetrà el "drafting" en cap distància. En el ciclisme 20 metres entre participants i en cursa a peu 10 metres. Cal tenir en compte que amb velocitat i aire, estudis científics han demostrat que el radi de possible propagació del virus augmenta fins gairebé a 20 metres.

7. Els avituallaments per part de l'organització no estan autoritzats fins a distància olímpica inclosa. El participant tindrà que portar el seu propi avituallament. En mitja i llarga distància es podran habilitar avituallaments només de líquids en envasos tancats i desinfectats prèviament. El participant tindrà que agafar directament ell l'envàs, sense la intervenció de voluntaris excepte en reposar les existències en les taules destinades a tal efecte.

8. Hi hauran premis només per als 3 primers classificats absoluts per evitar les concentracions de persones a la cerimònia de lliurament.

Autor: Sergi Noguera Cano

04. Implementació de mesures

Federació Catalana de Triatló

Resultat per a implementació de mesures

La ràtio final d'aquesta proposta de modificacions en l'actual desenvolupament normal de les proves, és mostrar a les administracions competents que el nostre esport està preparat per poder afrontar amb la màxima seguretat sanitària la seva continuïtat en l'àmbit de la competició, i que aquesta etapa de transitorietat envers la normalitat total, es pot realitzar sense haver de sacrificar la nostra activitat.

Òbviament, sempre estarem oberts ha complir voluntàriament amb aquelles condicions que ens dicten els especialistes en salut i seguretat, però que amb les propostes realitzades, passem d'un escenari inicial amb riscos molt elevats, a una situació, com es mostrarà a continuació, de control i baix risc, que òbviament ha de contar amb la col·laboració i l'autoresponsabilitat de tots els actors del nostre esport.

Autor: Sergi Noguera Cano

04. Implementació de mesures

Federació Catalana de Triatló

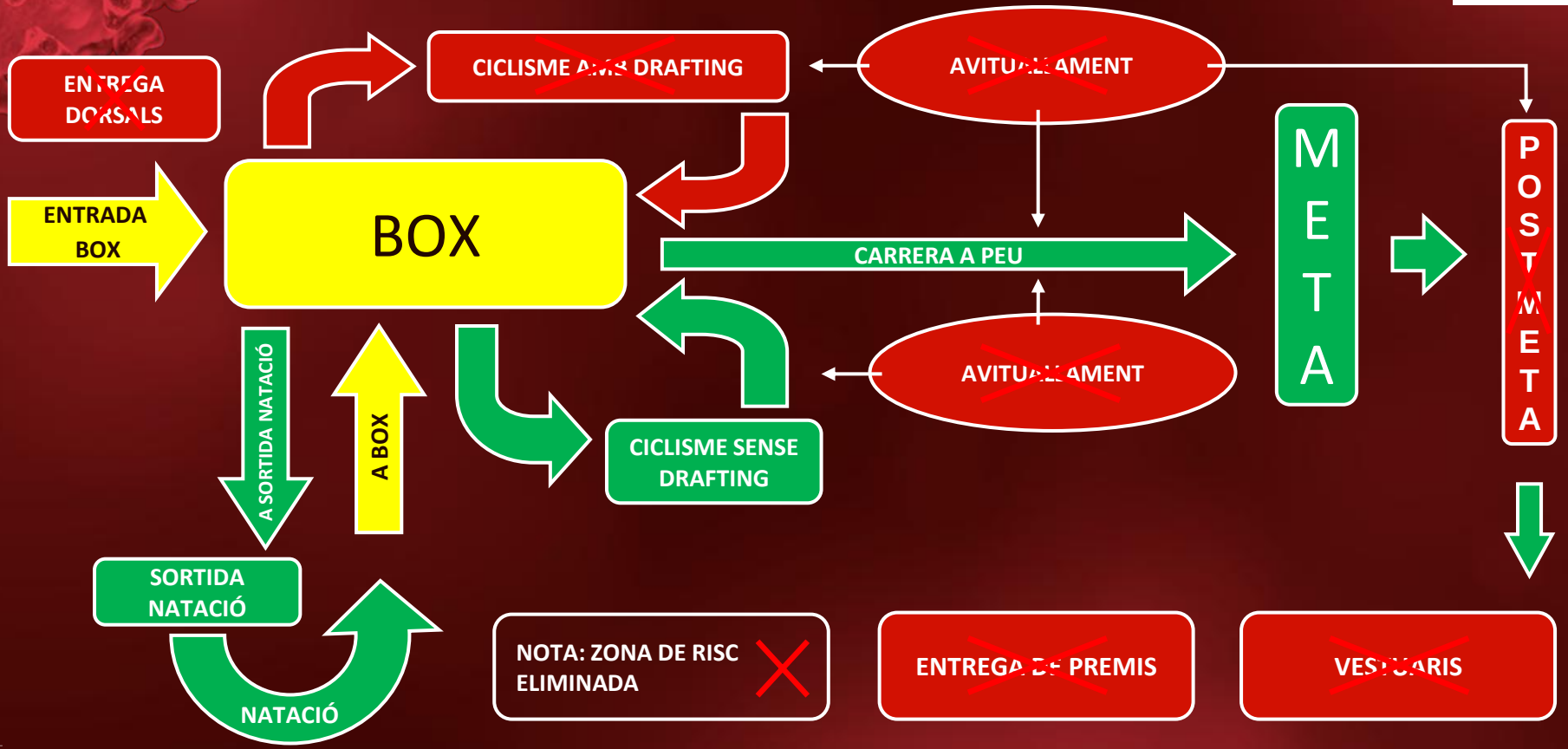
Anàlisis del risc cronològic per zones

Nº.	Nivell de risc	Zona
1	ELIMINAT	SECRETARIA, GUARDARROPIA , LLIURAMENT DORSALS
2		ENTRADA A BOX I CONTROL DE MATERIAL
3		DIPÒSIT DE MATERIAL A BOX
4		TRAJECTE A SORTIDA
5		SORTIDA
6		SEGMENT NATACIÓ
6		1er. SEGMENT CURSA A PEU
7		ENTRADA A BOX DES DE 1er. SEGMENT
8		PRIMERA TRANSICIÓ BOX
9		SORTIDA DE BOX A SEGMENT 2
10	ELIMINAT	SEGMENT CICLISME AMB DRAFTING
10		SEGMENT CICLISME SENSE DRAFTING
10		SEGMENT FINAL EN AQUATLÓ
11	ELIMINAT	AVITUALLAMENT
12		ENTRADA BOX FINAL SEGMENT 2
13		SEGONA TRANSICIÓ BOX
14		SORTIDA DE BOX A SEGMENT 3
15		CURSA A PEU
16	ELIMINAT	AVITUALLAMENT
17		ENTRADA A META
18	ELIMINAT	POST-META (AVITUALLAMENT, FISIOS, ETC.)
19	ELIMINAT	VESTUARIS
20		LLIURAMENT DE PREMIS

Autor: Sergi Noguera Cano

04. Diagrama de zones de risc adaptades

Federació Catalana de Triatló



Autor: Sergi Noguera Cano

Federació Catalana de Triatló

05. ANNEX

Autor: Sergi Noguera Cano

05. Annex

Protocol per a la minorització del risc de contagi del COVID-19 en el desenvolupament de la competició

Mesures

Els PROTOCOLS hauran d'incloure en tot moment els criteris generals que s'especifiquen tot seguit:

- **DISTÀNCIA DE SEGURETAT**
  Es preservarà la distància física interpersonal de seguretat en 1,5 m en general, amb l'equivalent a un espai de seguretat de 2,5 m2 per persona.

- **MASCARETA**
  Les persones de més de 6 anys estan obligades a l'ús de la mascareta, tot i que no serà exigible en el cas de la pràctica d'activitat física i esportiva.

- **HIGIENE DE MANS**
  Cal fer un rentat freqüent de mans mitjançant solucions hidroalcohòliques així com amb aigua i sabó.

- **TRAÇABILITAT**
  Cal garantir les mesures que facilitin identificar els esportistes, tenir el control de la simptomatologia clínica i dels seus possibles contactes de risc. Es mantindrà un registre dels participants, voluntaris i de tot aquell personal que intervingui directament en l'organització de la competició, amb nom, cognoms, any de naixement, dni, adreça, població, telèfons de contacte i mail.

Autor: Sergi Noguera Cano

05. Annex

Federació Catalana de Triatló

- **DECLARACIÓ DE RESPONSABILITAT**
  Els participants i personal organitzador de la competició han de declarar que els darrers 14 dies no s'ha tingut cap simptomatologia compatible amb la COVID-19, no haver estat positiu, no haver conviscut amb persones que ho hagin estat ni haver tingut contacte estret amb persones afectades per la mateixa.

- **IDENTIFICACIÓ RESPONSABLE DE COMPLIMENT**
  Cal determinar el responsable del compliment del Protocol i interlocutor amb l'autoritat sanitària i esportiva.

Autor: Sergi Noguera Cano

05. Annex

Els PROTOCOLS hauran com tenir les mesures que a continuació es detallen i que, en tot cas, s'estructuraran d'acord al moment de l'activitat que siguin d'aplicació i la persona participant sobre qui té afectació.

ABANS D'INICIAR L'ACTIVITAT

L'Esportista

- Es recomana que els desplaçaments dels esportistes es facin de forma individual o exclusivament amb familiars convivents. S'evitaran en la mesura dels possibles els desplaçaments col·lectius, o en cas que aquests es desenvolupin, cada esportista haurà de fer ús individual de les mascaretes.
- Sempre que sigui possible, arribarà al lloc de l'activitat amb la roba esportiva ja posada procurant evitar l'ús de vestidors.
- El material i l'equipament esportiu propi haurà desinfectar-se abans del seu ús, d'acord amb les instruccions acordades i publicades pel departament competent, i en especial les autoritats sanitàries.
- Cada esportista aportarà una declaració responsable conforme no presenta símptomes de tenir COVID-19 i, en cas d'haver passat la malaltia, declarar que ha superat el període de quarantena escaient. Així mateix, la declaració responsable haurà d'acreditar que no s'ha estat en contacte amb persones infectades o s'ha viatjat a zones en risc declarades oficialment en els 14 dies immediatament anteriors al de la signatura del document.
- Cada esportista mantindrà la distància de seguretat interpersonal en els seus desplaçaments fins abans d'iniciar l'activitat.
- Cada esportista farà ús de la mascareta fins el moment d'iniciar l'activitat esportiva, menys per a les persones que presentin algun tipus de malaltia o dificultat respiratòria que pugui veure's agreujada per la utilització de la mascareta o que, per la seva situació de discapacitat o dependència, no disposin d'autonomia per a treure'ns la mascareta o bé presentin alteracions de conducta que facin inviable la seva utilització.
- Cada esportista facilitarà les dades de contacte per al registre de les persones assistents a l'activitat que garanteixi la traçabilitat del grup.

Autor: Sergi Noguera Cano

05. Annex

Federació Catalana de Triatló

Persones treballadores i voluntàries

- Es recomana que els desplaçaments dels treballadors o voluntaris es facin de forma individual o exclusivament amb familiars convivents. S'evitaran en la mesura dels possibles els desplaçaments col·lectius, o en cas que aquests es desenvolupin, cada persona haurà de fer ús individual de les mascaretes.
- En cas d'utilitzar roba específica o uniforme, cada treballador/voluntari arribarà al lloc de l'activitat amb aquesta ja posada en la mesura que sigui possible. En aquest sentit s'haurà d'evitar la utilització de vestidors.
- Serà necessari el rentat habitual i constant de mans mitjançant la solució hidroalcohòlica així com aigua i sabó.
- Cada treballador o voluntari aportarà una declaració responsable conforme no presenta símptomes de tenir COVID-19 i, en cas d'haver passat la malaltia, declarar que ha superat el període de quarantena escaient. Així mateix, la declaració responsable haurà d'acreditar que no s'ha estat en contacte amb persones infectades o s'ha viatjat a zones en risc declarades oficialment en els 14 dies immediatament anteriors al de la signatura del document.
- Cal que cada treballador o voluntari mantingui la distància de seguretat en els seus desplaçaments respecte la resta de persones.
- Es farà ús de la mascareta sempre que sigui compatible amb la situació personal pròpia.
- Cada treballador o voluntari facilitarà les dades de contacte per al registre de les persones assistents a l'activitat que garanteixi la traçabilitat del grup.

Autor: Sergi Noguera Cano

05. Annex

Federació Catalana de Triatló

L'Organitzador

- Comunicarà i informarà de les mesures del PROTOCOL a les persones treballadores a càrrec, el voluntariat que hi participi i els participants de l'activitat. En aquest sentit, s'assegurarà de la disposició d'infografies informatives amb aquesta finalitat.
- Durà a terme una neteja inicial exhaustiva i la desinfecció dels espais i el material d'ús de l'activitat que aporti l'organitzador.
- Dotarà de material EPI a les persones treballadores i voluntàries que participen en el desenvolupament de l'activitat. El material ha de ser l'adequat per a la funció desenvolupada i, en cas d'incorporar més d'un element, aquests han de ser compatibles entre ells.
- Procurarà un sistema d'inscripció a l'activitat per mitjà telemàtic.
- Impedirà l'accés a l'espai de l'activitat a les persones que presentin símptomes relacionats amb la COVID-19.
- Establirà indicadors per a evitar la formació d'aglomeracions de persones.
- En la mesura del possible, col·locarà dispensadors del gel hidroalcohòlic en l'espai de l'activitat per al seu lliure ús de les persones participants.
- Nomenarà una persona responsable de vetllar pel compliment de les mesures previstes en el PROTOCOL, així com de les vigents en la normativa sanitària aplicable en cada moment.
- El responsable de compliment del PROTOCOL supervisarà el flux de trànsit en els accessos per evitar la formació d'aglomeracions.
- Registrarà el nom i cognom així com les dades de contactes de les persones participants en l'activitat; ja siguin esportistes, treballadores, voluntàries, organitzadores o públic, per garantir la traçabilitat.

Autor: Sergi Noguera Cano

05. Annex

Federació Catalana de Triatló

El Públic

- Es recomana que els desplaçaments del públic es faci de forma individual o exclusivament amb familiars convivents. S'evitarà els desplaçaments col·lectius, o en cas que aquests es desenvolupin així s'haurà de fer ús individual de les mascaretes.
- Aportarà una declaració responsable conforme no presenta símptomes de tenir COVID-19 i, en cas d'haver passat la malaltia, declarar que ha superat el període de quarantena escaient. Així mateix, la declaració responsable haurà d'acreditar que no s'ha estat en contacte amb persones infectades o s'ha viatjat a zones en risc declarades oficialment en els 14 dies immediatament anteriors al de la signatura del document.
- Evitarà la formació d'aglomeracions en els espais d'entorn i accessos a l'activitat.
- Mantindrà la distància de seguretat.
- Farà ús de la mascareta menys per a les persones que presentin algun tipus de malaltia o dificultat respiratòria que pugui veure's agreujada per la utilització de la mascareta o que, per la seva situació de discapacitat o dependència, no disposin d'autonomia per a treure'ns la mascareta o bé presentin alteracions de conducta que facin inviable la seva utilització.
- Facilitarà les dades de contacte per al registre de les persones assistents a l'activitat que garanteixi la traçabilitat del grup.

Autor: Sergi Noguera Cano

05. Annex

Federació Catalana de Triatló

DURANT L'ACTIVITAT

En aquest apartat totes les mesures de seguretat i higiene s'han d'adaptar a les diferents modalitats esportives i a cada activitat, entre elles, especialment serà necessari adoptar mesures per evitar la concentració de persones, tant en sortides i arribades d'esportistes, així com també s'hauran d'identificar els punts o moments en què el risc de concentració de persones pugui incrementar-se.

L'Esportista

- Procurarà, sempre que sigui possible, mantenir la distància de seguretat i evitar el contacte amb altres participants.
- Procurarà una higiene i desinfecció de mans periòdica.
- Mantindrà els seus materials i utensilis personals en la bossa pròpia que aporti a l'efecte, amb una utilització individual incloent el material d'avituallament que sigui necessari per l'activitat.

Les persones treballadores o voluntàries

- Mantindrà la distància de seguretat entre les persones i els esportistes que desenvolupen l'activitat.
- Farà ús de la mascareta sempre que sigui compatible amb la situació personal pròpia.
- Procurarà una higiene i desinfecció de mans periòdica.

Autor: Sergi Noguera Cano

05. Annex

Federació Catalana de Triatló

L'Organitzador

- Dur a terme ventilació creuada de forma periòdica l'espai de l'activitat en cas que es tracti de una instal·lació tancada.
- En la mesura del possible, desinfectarà després de cada ús el material que hagi de ser compartit pels esportistes durant l'activitat.
- Desinfectarà els espais de vestuaris i dutxes després de cada torn d'ús.
- En cas de facilitar l'avituallament, l'organització haurà de disposar d'una persona responsable que lliuri el material i que compleixi amb la normativa de salut en relació al tractament dels aliments tot evitant la concentració de persones.
- Garantirà el subministrament de gel hidroalcohòlic en dispensadors fins a la finalització de l'activitat.
- El responsable de compliment del PROTOCOL supervisarà l'aplicació de les mesures, resoldrà i anotarà les incidències que s'ocasionin.

El Públic

- Mantindrà la distància de seguretat.
- Farà ús de la mascareta sempre que sigui compatible amb la situació personal pròpia.
- Procurarà una higiene i desinfecció de mans periòdica.

Autor: Sergi Noguera Cano

05. Annex

Federació Catalana de Triatló

DESPRÉS DE L'ACTIVITAT

L'Esportista

- Mantindrà els seus materials personals en la borsa pròpia que aporti a l'efecte.
- Mantindrà la distància de seguretat en els seus desplaçaments.
- Si fa falta utilitzar els vestuaris i dutxes, cal mantenir també la distancia de seguretat i prohibir desplaçar-se descalç.
- Farà ús de la mascareta, sempre que sigui compatible amb la situació personal pròpia.
- Evitarà la permanència innecessària en l'espai de l'activitat.
- Evitarà aglomeracions a la sortida de les activitats.

Les persones treballadores o voluntàries

- Mantindrà la distància de seguretat en els seus desplaçaments.
- Farà ús de la mascareta, sempre que sigui compatible amb la situació personal pròpia.
- Evitarà la permanència innecessària en l'espai de l'activitat.
- Evitarà aglomeracions a la sortida de les activitats.

Autor: Sergi Noguera Cano

05. Annex

Federació Catalana de Triatló

L'Organitzador

- 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 COVID19.

El Públic

- Evitarà la formació d'aglomeracions en els espais d'entorn i accessos a l'activitat, garantint una sortida esglaonada.
- Serà necessari evitar que en la sortida, els espectadors s'aturin en el circuit de sortida de la instal·lació.
- Mantindrà la distància de seguretat en la seva sortida.
- Farà ús de la mascareta menys per a les persones que presentin algun tipus de malaltia o dificultat respiratòria que pugui veure's agreujada per la utilització de la mascareta o que, per la seva situació de discapacitat o dependència, no disposin d'autonomia per a treure'ns la mascareta o bé presentin alteracions de conducta que facin inviable la seva utilització.

Més informació i documentació: http://esport.gencat.cat/ca/arees_dactuacio/afectacio-del-coronavirus-a-lesport-catala/

Autor: Sergi Noguera Cano

Al final tot anirà bé!!!!

Autor: Sergi Noguera Cano

Federació Catalana de Triatló
93.307.93.32
web@triatlo.org
www.triatlo.org

CREDITS: This presentation template was created by Slidesgo, including icons by Flaticon, and infographics & images by Freepik