



## PROTOCOLO DE MEDIDAS FRENTE AL COVID-19 PARA LA ORGANIZACIÓN DE PRUEBAS DEPORTIVAS EN LA COMUNITAT VALENCIANA

### INTRODUCCIÓN

Con la redacción del plan de seguridad sanitario, además de servir de guía durante la fase de ejecución del evento y de justificar el cumplimiento de la vigente normativa, se definen las características sanitarias para combatir la transmisión del COVID-19.

Este protocolo se ha redactado siguiendo lo estipulado, Resolución de 19 de junio de 2020, por la que se dispone la publicación del Acuerdo de medidas de prevención para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19, una vez superada la fase III del plan para la transición hacia una nueva normalidad, finalizada la vigencia de las medidas propias del estado de alarma como documento base para la confección de este protocolo sanitario, con el fin de informar y asistir a organizadores, ciclistas, técnicos y resto de personas relacionadas con la actividad de las medidas recomendadas que, llevadas a cabo, permitan la vuelta a la competición y para que adopten las medidas adecuadas minimizando las posibilidades de infección por COVID-19, conseguir las pertinentes autorizaciones para proceder al evento, y posterior puesta en servicio.

Los deportistas, técnicos, árbitros y resto de personal de organización han de mantener las pautas estrictas de aseo personal, conducta y cuidado para evitar contagios.

Deberán identificar en todos los protocolos sanitarios los siguientes datos:

#### **ORGANIZADOR** (Cumplimentar datos obligatorios)

- Nombre y/o Razón Social:
- Dirección Postal:
- Teléfono:
- E-mail:

Son objeto de la presente memoria todas las instalaciones que se encuentran situadas en salidas/llegadas/entrega de trofeos, dirección de carrera, zonas de llamadas corredores.

#### **COORDINADOR CUMPLIMIENTO GENERAL DEL PROTOCOLO** (Cumplimentar datos obligatorios)

- Director de Carrera:
- Dirección Postal:
- Teléfono:
- E-mail:

#### **RESPONSABLE DE LA SEGURIDAD SANITARIA** (Cumplimentar datos obligatorios)

- Responsable:
- Dirección Postal:
- Teléfono:
- E-mail:



## DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Actividad deportiva al aire libre en todos los ámbitos de actuación del evento a excepción de las instalaciones de oficina permanente de carrera, donde será de acceso limitado mediante identificación. En todos los ámbitos se mantendrán los condicionantes de seguridad con las siguientes indicaciones:

- Distancia de 2 metros.
- Mascarillas higiénicas o quirúrgicas.
- Gel hidroalcohólico.

## ÁMBITO DE ACTUACIÓN

Sin perjuicio de aplicar las medidas establecidas en este protocolo deberán aplicarse las siguientes particularidades para las pruebas de carácter autonómico:

### INSCRIPCIONES

La inscripción será **OBLIGATORIA** de forma online, a través de la web de la **FCCV** y el día de la prueba se confirman las inscripciones físicamente se de forma individual. El organizador le entregará los dorsales a cada equipo/corredor. Hay que evitar las aglomeraciones y mantener las distancias de seguridad.

En la inscripción on-line los corredores **OBLIGATORIAMENTE** aceptaran la declaración responsable adjunta en la web de las inscripciones en el apartado "**DOCUMENTOS**", el resto de participantes de la prueba (directores, Jurado Técnico y personal de organización) deberán presentar la declaración responsable a la organización.

El límite máximo de deportistas participantes en eventos deportivos será de 300. (Resolución 26 de junio de 2020).

Según normativa FCCV, las carreras en carretera/circuito se limitan a 200 participantes.

### ZONA DE CONFIRMACIÓN DE INSCRIPCIONES.

Dos horas antes de la prueba deportiva, la organización ubicará en diferentes puntos del circuito infografías informativas de las medidas de Higiene para los ciclistas, técnicos, árbitros y público en general.

El organizador entregará a cada equipo/corredor los dorsales, en el caso de ciclistas menores de edad, deben ir acompañados del director de equipo.

Tanto los comisarios designados en el evento como los participantes deberán respetar la distancia mínima de seguridad y/o en caso contrario deberán estar provistos de mascarilla. Los oficiales de control de público y accesos deben tener siempre la mascarilla, ya que no se puede garantizar que una persona se les acerque a menos de 2 metros.

### REUNIÓN DE DIRECTORES

Las reuniones entre el equipo arbitral y los directores deportivos, se realizarán en un espacio al aire libre y siendo el máximo de 1 técnico por equipo/escuela, separados por 2 metros.

**CONTROL DE FIRMAS:** Se evitarán. En el caso de que se realice se deberá disponer de 1 bolígrafo por participante o desinfectarlo constantemente.

## MEDIDAS PARA DEPORTISTAS, DIRECTORES, JUECES ARBITROS Y ORGANIZACIÓN



# Federación Ciclismo Comunitat Valenciana

---

**LA SALIDA:** se realizará únicamente por los comisarios y personal autorizado, respetando la distancia de seguridad con el participante. Solo podrán estar las personas autorizadas, deportistas, directores deportivos y personal de organización y deberán estar acreditadas.

**PARRILLA DE SALIDA:** en pruebas de grupos se colocarán en línea de salida con mascarilla, 10 segundos antes de la salida el corredor podrá quitarse la mascarilla y guardarla en su maillot.

En las pruebas de salidas individuales (cronos, descenso, enduro) los corredores deberán respetar las distancias de seguridad y utilizar mascarilla si no es posible mantener la distancia de seguridad.

En las pruebas de BMX, en las pre-parrillas todos los corredores deberán respetar y guardar las distancias de seguridad y utilizar mascarilla si no es posible mantenerla. Posteriormente cuando se dirijan a la salida deberán ir con el casco integral correctamente equipado.

**ZONA CALENTAMIENTO:** Las zonas de calentamiento serán lo más amplias posibles, a poder ser valladas y distribuidas por zonas y especialidades/categorías si fuera necesario, solo podrán acceder corredores y personal autorizado.

En la zona de calentamiento sólo permanecerán los deportistas cuya competición sea inmediata.

**ESCUELAS DE CICLISMO:** para estas pruebas según el número de participantes y con el fin de evitar aglomeraciones de deportistas, las carreras de escuelas de ciclismo podrán celebrarse separados por primer año y segundo año de cada categoría.

Las escuelas de ciclismo sólo podrán participar en las pruebas organizadas en la misma provincia.

**LA LLEGADA:** una vez que rebase la línea de llegada está prohibido que el corredor se detenga. Tendrá que ir a rodar y airearse lejos de esa zona. La recta de meta debe tener una anchura aproximadamente de 8 metros, protegida con vallas en ambos lados, 100 metros antes y 50 metros después de la línea de meta (según normativa FCCV).

El resto de público deberá guardar las distancias de seguridad de 1,5 metros y utilizar mascarilla si no es posible mantenerla.

Una vez finalizada la prueba estarán prohibidas las aglomeraciones y los participantes deberán despejar la zona.

Se **ELIMINAN** la entrega por parte del organizador de algún tipo de avituallamiento o refrigerio así como obsequios al finalizar la prueba deportiva.

**LA ENTREGA DE TROFEOS/CEREMONIA PROTOCOLARIA:** se realizará en el podio, únicamente con 1 representante institucional o de la organización.

El público que esté presente en la entrega de trofeos deberá guardar 5 metros frente el pódium y entre ellos la distancia de seguridad de un metro y medio o mascarilla.

Los premiados deberán subir al pódium de forma individual, con mascarilla y tan sólo podrán quitársela en el momento de la foto. La persona que entregue el premio deberá llevar mascarilla y desinfectarse las manos con solución hidroalcohólica después de entregar cada trofeo.

Se realizará campaña informativa haciendo hincapié previo al evento del uso de sistemas de retransmisión digital, a través de las redes sociales del evento para propiciar el uso de estas para evitar aglomeraciones.

**MEDIDAS EN LOS VEHÍCULOS DE ORGANIZACIÓN:** En los vehículos de organización irán aquellas personas que estipule la organización, árbitros, medico, etc. Dentro de los vehículos todo el mundo debe



# Federación Ciclismo Comunitat Valenciana

---

llevar obligatoriamente las mascarillas e higienizarse las manos con solución hidroalcohólica antes de entrar en el coche.

**MEDIDAS EN LOS VEHÍCULOS DE ORGANIZACIÓN DE MÁS DE 5 PLAZAS PARA TRASLADOS DE CORREDORES HACIA UN PUNTO DE SALIDA:** En los vehículos de organización de traslados de corredores hacia la salida de la prueba irán el máximo de persona autorizadas para los mismos, respetando las medidas sanitarias vigentes. Dentro de los vehículos todo el mundo debe llevar obligatoriamente las mascarillas e higienizarse las manos con solución hidroalcohólica antes de entrar en el coche.

## **MEDIDAS EN ENTRENAMIENTO Y COMPETICIONES:**

- No es necesario el uso de mascarilla durante el entrenamiento previo a la competición.
- La competición se desarrollará de forma habitual, no es necesario una distancia mínima de seguridad.
- Para las pruebas de calendario RFEC se deberá tener en cuenta el protocolo de la Real Federación Española de la Ciclismo y para las pruebas de calendario de la Unión Ciclista Internacional, el de la UCI.

## **MEDIDAS DURANTE LA CELEBRACIÓN DE PRUEBAS DEPORTIVAS**

Los ciclistas deben salir a competir asegurándose de llevar todo lo necesario en los bolsillos (barritas, geles) y con el líquido necesario para hidratarse (1 o 2 bidones si hace falta).

Ningún corredor puede compartir alimentos ni bidones, ni siquiera con compañeros del mismo equipo.

En caso de mucho calor, sólo el vehículo de equipo o el personal de este puede avituallar a su corredor, en caso de quedarse sin agua o de perder bidones.

En caso de avería, el corredor sólo puede recibir asistencia mecánica de su vehículo, mecánico o director de equipo, y del vehículo neutro oficial.

El vehículo neutro, solo podrá entregar botellas de agua cerradas a los participantes, en ningún momento podrá entregar bidones.

En caso de caída individual, sólo los responsables del equipo u organización del corredor dañado darán los primeros auxilios a su corredor, dejando paso a los servicios sanitarios en cuanto lleguen.

En caso de caída masiva, la organización y representantes de los equipo se puede acercar a la caída para ayudar a su corredor a reemprender la carrera. En caso de necesitar asistencia médica hará una señal para avisar rápido los servicios médicos y al médico.

Los vehículos de la organización deberán extremar las medidas higiénicas y de ventilación, siendo necesario limpiar el interior de manera frecuente, con productos desinfectantes.

Deberá haber en cada vehículo de la organización: mascarillas y solución hidroalcohólica.

## **INFORMACIÓN A DISPONER POR PARTE DEL ORGANIZADOR**



# Federación Ciclismo Comunitat Valenciana

---

Se proveerá, a partir del cierre de inscripción, por parte del organizador al Responsable Médico o Sanitario, una relación de los participantes por si se detectase una posible sospecha de Covid-19 positivo para el correcto seguimiento de los participantes en el evento.

Los datos a enviar de los participantes serán los siguientes:

Núm. Dorsal o Placa:

Nombre:

Telf. Contacto:

## **MEDIDAS PARA ESPECTADORES EN ENTRENAMIENTOS Y COMPETICIONES**

- Deberán respetar el protocolo realizado por el organizador de forma estricta.
- Mantener la distancia de seguridad interpersonal y uso de mascarilla.
- Cubrirse la boca y nariz con el codo antes de toser o estornudar.
- Utilizar pañuelos de papel desechables.
- No realizar cualquier otro tipo de contacto (Choques de manos, saludos, abrazos).
- Se guardará la distancia social vigente (mínimo 1,5 metros de distancia).
- Restringir los movimientos de los espectadores durante la celebración de la competición.

**El siguiente protocolo quedará bajo la posible actualización o modificación a indicaciones de los organismos oficiales competentes, las mismas se publicarían a la mayor brevedad posible para ponerlo en conocimiento de todos los estamentos federativos.**

Valencia, 06 de julio de 2020

## ANEXO

### ¿Cómo limpiarse las manos CON UN DESINFECTANTE ALCOHÓLICO?

**1a**

**1b**

Deposite en la palma de la mano una cantidad de producto suficiente para cubrir todas las superficies a tratar.

**2**

**3**

**4**

Frótese las palmas de las manos entre sí.

Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa.

Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.

**5**

**6**

**7**

Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.

Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, rodándolo con la palma de la mano derecha, y viceversa.

Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación, y viceversa.

**8**

**9**

**10**

Enjuáguese las manos con agua.

Séquelas con una toalla de un solo uso.

Utilice la toalla para cerrar el grifo.

**20-30 segundos**

**8**

Una vez secas, sus manos son seguras.

### ¿Cómo lavarse las manos CON AGUA Y JABÓN?

**0**

**1**

Mójese las manos con agua.

Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies a tratar.

**2**

**3**

**4**

Frótese las palmas de las manos entre sí.

Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa.

Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.

**5**

**6**

**7**

Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.

Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, rodándolo con la palma de la mano derecha, y viceversa.

Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación, y viceversa.

**8**

**9**

**10**

Enjuáguese las manos con agua.

Séquelas con una toalla de un solo uso.

Utilice la toalla para cerrar el grifo.

**40-60 segundos**

**11**

Sus manos son seguras.

**WORLD ALLIANCE**  
for **PATIENT SAFETY**

La OMS agradece a los Hospitales Universitarios de Ginebra (HUG), en particular a los miembros del Programa de Control de Infecciones, su participación y activa en la redacción de este material.

Ginebra, febrero de 2016, versión 1.0

**Organización Mundial de la Salud**

La Organización Mundial de la Salud ha tomado todas las precauciones razonables para garantizar la información contenida en este documento. Sin embargo, el material publicado se distribuye en garantía de ningún tipo, ya sea expresa o implícita. Compete al lector la responsabilidad de la interpretación y del uso del material. La Organización Mundial de la Salud no puede ser considerada responsable de los daños que pudieran ocasionar su utilización.



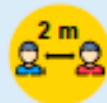
## Mascarillas higiénicas en población general

La mayoría de las personas adquieren la COVID-19 de otras personas con síntomas. Sin embargo, cada vez hay más evidencia del papel que tienen en la transmisión del virus las personas sin síntomas o con síntomas leves. Por ello, el uso de mascarillas higiénicas en la población general en algunas circunstancias podría colaborar en la disminución de la transmisión del virus.

Esto es así, sólo si se hace un uso correcto y asociado a las medidas de prevención y se cumplen las medidas para reducir la transmisión comunitaria:



Si tienes síntomas, quédate en casa y aislate en tu habitación



Mantén 2 metros de distancia entre personas



Lávate las manos frecuentemente y meticulosamente



Evita tocarte ojos, nariz y boca



Cubre boca y nariz con el codo flexionado al toser o estornudar



Usa pañuelos desechables

Una mascarilla higiénica es un producto no sanitario que cubre la boca, nariz y barbilla provisto de una sujeción a cabeza u orejas

Se han publicado las especificaciones técnicas UNE para fabricar mascarillas higiénicas:

- Reutilizables (población adulta e infantil)
- No reutilizables (población adulta e infantil)

¿A QUIÉN se recomienda su uso?

A la población general sana



¿CUÁNDO se recomienda su uso?

- Cuando no es posible mantener la distancia de seguridad en la compra, en espacios cerrados o en la calle

El uso de mascarillas en transporte público es obligatorio desde el 4 de mayo de 2020



Haz un uso correcto para no generar más riesgo:



Lávate las manos antes de ponerla.



Durante todo el tiempo la mascarilla debe cubrir la boca, nariz y barbilla. Es importante que se ajuste a tu cara.



Evita tocar la mascarilla mientras la llevas puesta.



Por cuestiones de comodidad e higiene, se recomienda no usar la mascarilla por un tiempo superior a 4 horas. En caso de que se humedezca o deteriore por el uso, se recomienda sustituirla por otra. No reutilices las mascarillas a no ser que se indique que son reutilizables.



Para quitarte la mascarilla, hazlo por la parte de atrás, sin tocar la parte frontal, deséchala en un cubo cerrado y lávate las manos.



Las mascarillas reutilizables se deben lavar conforme a las instrucciones del fabricante.

14 de mayo 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte  
[www.mscbs.gob.es](http://www.mscbs.gob.es)  
@sanidadgob

#ESTE VIRUS  
LO PARAMOS  
UNIDOS

