



PROTOCOLO ORGANIZACIÓN

El presente documento describe el protocolo establecido por **CORRIENDOPORELMUNDO** indicando las medidas que se tomarán de cara a la organización de la V edición de Snowrunning Larra Belagua, Copa de España, el próximo 13 de Febrero de 2021. En el mismo se recogen directrices y recomendaciones tanto para los participantes, voluntarios, público y organizadores con el fin de minimizar los riesgos de contagio del virus COVID-19.

Para ello, CXM (en adelante Corriendoporel mundo), siguiendo las indicaciones del INDJ (Instituto Navarro de Deporte y Juventud) y Sanidad presenta este protocolo dentro de los principios de responsabilidad, prudencia, y compromiso cívico que están alineados con este protocolo básico de actuación para el reinicio de las competiciones y eventos, adscrito a las Órdenes Ministeriales en las que se establecen las condiciones para la práctica y la competición del deporte federado y profesional.

Desde CXM consideramos la conveniencia y necesidad de que toda la actividad esté dotada de todas las medidas de seguridad para evitar posibles contagios y propagación del virus, tanto a los participantes, organizadores y a las personas que asistan a presenciarlo.

Este protocolo, es un documento vivo, que podrá ir adaptándose en nuevas versiones a la sucesivas Órdenes Ministeriales u otras normas, instrucciones y recomendaciones específicas que pueda emitir el Ministerio de Sanidad y el resto de las autoridades competentes. Las medidas estarán sujetas a las directrices y nuevos datos que se vayan aportando por parte de la comunidad científica y, por lo tanto, sujetas a cambios y modificaciones.

Desde CXM apelamos, por tanto, a la responsabilidad individual de cada uno de los participantes y personas involucradas en la organización, siendo éstos los únicos responsables del cumplimiento del protocolo, declinando cualquier tipo de responsabilidad derivada de un uso incorrecto de las indicaciones contenidas.



RECOMENTACIONES GENERALES:

- 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, se lo haremos saber por correo y el día de la prueba por megafonía.
- La obligatoriedad del uso de mascarilla vendrá determinada por la legislación vigente (recordamos que ha día de hoy la mascarilla en Navarra para estar en la calle es OBLIGATORIA, a no ser que estés practicando deporte).
- Las personas diagnosticadas por COVID-19, aun asintomáticos, que no hayan superado la enfermedad y que no cuenten con el alta médica, **no podrán iniciar la práctica deportiva.**
- Separación física antes y después de las competiciones (al menos 1,5 metros) de participantes, técnicos, árbitros, espectadores y personal de apoyo. **Los espectadores deben seguir las reglas de distanciamiento social que solicitan las autoridades de salud pública competentes en caso de que sea posible su presencia.**
- Siguiendo las recomendaciones de la OMS, se recomienda la no participación de deportistas mayores de 65 años, revisable atendiendo a la evolución y modificaciones de las medidas establecidas (son personas denominadas de “riesgo”).
- Para cualquier persona con historiales sanitarios de riesgo se les recomienda extremar las medidas preventivas o incluso no participar.
- Se informará a todos los participantes que realicen una vigilancia activa de sus síntomas y lleven a cabo un registro de la temperatura corporal dos veces al día, mañana y noche **3 días antes de la prueba.** Ante cualquier síntoma o en caso de sospecha de estar infectado, o haber estado en contacto con personas infectadas o bajo sospecha de estarlo, se debe evitar cualquier actividad, poniéndose en contacto de forma inmediata con los servicios sanitarios y seguir todas sus indicaciones.
- Antes y después de las competiciones es muy importante lavarse las manos con agua y jabón o gel hidro-alcohólico que la organización pondrá a disposición.
- A su vez se recomienda llevar gel hidro-alcohólico, y productos para la limpieza y desinfección de todo el material que se ha utilizado.
- **Los deportistas han de responsabilizarse individualmente de portar mascarilla.**
- Se recomienda una hidratación más frecuente, principalmente con botellas de uso individual y personalizadas.
- Para evitar el uso de duchas y vestuarios, es muy recomendable ir y volver a la competición con la misma ropa. Al llegar al hotel o zona de residencia, se recomienda lavar toda la ropa utilizada (incluidas gorras, pañuelos para el cabello, etc.), a 60° como mínimo, evitando sacudirla.
- Se recomienda desinfectar el calzado utilizado.



- Los deportistas no deben compartir material (incluyendo cronómetros, pulsómetros, o cualquier otro tipo de material). En caso de ser así, han de ser previamente desinfectados.
- Los deportistas no compartirán bebidas, otros alimentos u otros productos, incluidos los sanitarios o de primeros auxilios. Han de utilizar botellas de uso individual.

RECOMENTACIONES INDIVIDUALES:

CXM, se remite a las recomendaciones de la OMS y del Ministerio de Sanidad, de acuerdo con las medidas para reducir el riesgo general de transmisión de infecciones respiratorias agudas que se enumeran a continuación:

- Los participantes deben tratar de mantener **al menos 1,5m** metros de distancia con otras personas antes y después de la competición (NO EN EL TRANSCURSO DE LA MISMA).
- Todas aquellas personas que tenga síntomas de COVID-19 (se sienten mal, pueden tener fiebre), **no deben participar en ninguna prueba deportiva** o evento con aglomeración de personas.
- Lavado frecuente de manos por parte de los participantes con jabón y agua caliente durante 40-60 segundos o con base de alcohol (en al menos 65-70%), frotar las manos durante 30-40 segundos.
- Las personas con síntomas de infección respiratoria aguda deben practicar la etiqueta de la tos (mantenga una distancia de al menos dos metros, cubra la tos y los estornudos con pañuelos desechables o ropa y lávese las manos).
- **Evite dar la mano o abrazarse.**
- **Evite tocarse la boca, la nariz o los ojos.**
- En caso de síntomas sugestivos de enfermedad respiratoria aguda antes, durante o después del viaje, se recomienda a los deportistas que soliciten atención médica.



PROTOCOLO DE ACTUACIÓN Y MEDIDAS PREVENTIVAS PROPUESTAS POR CXM PARA LA V SNOWRUNING DE LARRA BELAGUA

CXM elabora el siguiente Plan de Actuación y Protección para llevar a cabo el próximo 13 DE FEBRERO EN EL CENTRO NÓRDICO DE LARRA BELAGUA.

Asimismo, informaremos de dicho protocolo a los participantes en la prueba, haciéndoles llegar el mismo, **por correo electrónico 5 días, antes** por si el mismo sufriese alguna variación en consecuencia de la evolución de la pandemia.

Destacar también que este protocolo se facilitará a colaboradores, empresa de cronometraje, speaker, servicios médicos, ayuntamientos, y cualquier otro tipo de persona que forme parte en el discurrir del evento.

1. MEDIDAS INFORMATIVAS:

- Información **in situ**: se colocará **cartelería** con medidas preventivas implantadas y pautas a seguir por cada grupo de usuarios, en las zonas de recogida de dorsales, salida meta, avituallamientos, y cualquier otro espacio que pueda tener afluencia de público o participantes.
- Se utilizará la megafonía para informar sobre todas las medidas sanitarias y de protección que se deben seguir **DE FORMA CONSTANTE Y DURANTE TODO EL EVENTO**
- Se facilitará información a los participantes sobre los centros de asistencia sanitaria en la zona, con horarios y teléfonos de atención de emergencia.
- La organización dará esta información a través de todas sus plataformas (RRSS, medios asociados).
- La organización instará a todas las personas del equipo de organización a colaborar en el cumplimiento de las medidas que se desprendan del plan de actuación y debe proporcionar la información necesaria relativa a las medidas preventivas e higiénicas y para el uso adecuado del material de protección.
- La organización dará a los proveedores de servicios externos, información detallada sobre las medidas en materia de prevención aplicables que se hayan establecido.



2. MEDIDAS SANITARIAS:

- CXM recomienda a todos los deportistas que vayan a tomar parte en la prueba, controlar su estado de salud de manera continua (incluyendo tomar su temperatura y controlar cualquier síntoma) **desde 14 días antes.**
- CXM **recomienda la realización de controles de salud previos al viaje y previos a la competición para todos los deportistas inscritos,** así como el personal de la organización a fin de garantizar la identificación de aquellas personas con posibles riesgos adicionales.
- CXM recomienda **la realización de cuestionarios de control** para todos los participantes y personal involucrado en la competición (*ARCHIVO ADJUNTO EN EL CORREO ELECTRÓNICO ENVIADO CON EL PRESENTE PROTOCOLO Y DE OBLIGADO CUMPLIMIENTO*).
- CXM pondrá desinfectantes, en todas las áreas comunes y especialmente en las áreas de tratamiento médico.
- CXM **se asegurará de tener disponibles termómetros para verificar todas las temperaturas de las personas acreditadas y para los participantes en el momento de acceso a la zona de salida.**
- En caso de localizar a una persona que enferme o se sospeche que está enferma en el de acceso a la zona de salida, **no le permitirá tomar parte en la prueba.** En el caso de que se detectase en otro momento se tomaran las siguientes medidas:
 - a) Con anterioridad a la celebración de la competición, se dispondrá una **zona de aislamiento** para su valoración y atención por el responsable médico.
 - b) CXM junto con las autoridades sanitarias, determinará con antelación suficiente a la celebración de la competición el lugar más adecuado para atender y aislar a una persona diagnosticada con posibles síntomas de COVID-19.
 - c) El área de aislamiento estará equipada con los suministros necesarios para facilitar las medidas de protección y de higiene requerida.
 - d) **El personal médico que atiende a las personas sospechosas estará equipado con EPI's** y posteriormente, se procederá a limpieza y desinfección de la zona y el material reutilizable después de cada uso.
 - e) CXM junto a los servicios medico determinará cómo se notificará a todas las autoridades competentes y partes implicadas en el caso de que una persona presente síntomas compatibles con el COVID-19.
 - f) CXM e Ik predeterminará los contactos de emergencias sanitarias con las autoridades locales.



***Anexo I: Cuestionario de salud COVID.**

***Anexo II: Cláusula COVID.**

3. COMUNICACIÓN:

-CXM , **hará llegar el presente protocolo a todos los participantes, personal de organización y agentes externos a través de correo electrónico.**

- CXM , comunicará igualmente días antes de la prueba dicho protocolo a través de **redes sociales, sitios web y los canales de comunicación de la organización.**

-CXM , mostrará avisos y advertencias sanitarias en la sede de competición, hoteles, oficinas de la organización, vehículos oficiales y rutas de acceso, informando y recomendando que se extremen las medidas de higiene personal, incluyendo consejos sobre el lavado de manos y minimizando el contacto físico.

- CXM , utilizará la **megafonía** para la difusión de las medidas de obligado cumplimiento y recomendaciones.

-CXM , comunicará el presente protocolo a todos los corredores durante el proceso de inscripción.

-CXM , dedicará un apartado del reglamento de la prueba para comunicar este protocolo.

4. MEDIDAS COMPLEMENTARIAS:

- Para la recogida de dorsales se adjudicará un número a cada participante. Los dorsales estarán en una zona establecida enumerados y cada participante deberá pasar en una franja de 30min anterior al comienzo de la carrera para realizar su recogida.

- La zona de entrega de dorsales, estará cerrada al público y la organización controlará el acceso a la misma mediante dos carriles uno de entrada y otro de salida para que solo se acceda en un sentido. Indicar también que estará controlada por personal de la organización.

- Se garantizarán áreas perfectamente delimitadas para:

-Zona de pre-salida (llamada, toma de temperatura, revisión de material y dorsales.)

-Zona de salida (controlar uso mascarilla y distancia.)

-Zona de meta (controlar uso mascarilla y distancia)

- Estas zonas estarán separadas del público en general y en ellas solo podrán estar personas debidamente acreditadas.



-
- Los deportistas llevarán la correspondiente mascarilla, correctamente colocada, hasta el pase de la zona de pre-salida a la de salida y hasta la señal de inicio de carrera. Deberán llevar consigo (guardada) la mascarilla durante toda la competición para poderse la poner en cualquier momento y circunstancia.
- Se le tomará la temperatura a la entrada y, en caso de tener una temperatura corporal superior a 37,7 grado Celsius, se le impedirá acceder a la competición y se le pondrá a disposición del equipo sanitario de la competición, quien deberá disponer de los protocolos específicos de evacuación y seguimiento.
- La anchura de la recta de meta y el paso interior del arco no será inferior a 4 metros, para facilitar un sprint en paralelo sin invadir espacios de seguridad.
- Se agilizará el pase de la zona de meta a la de salida del circuito para evitar que se formen aglomeraciones.
- Todas las zonas de tránsito de corredores o personal de organización estarán dotados de geles hidroalcohólicos.
- Todo el personal de la organización recibirá el siguiente protocolo junto con indicaciones sobre colocación de la mascarilla, guantes y medidas preventivas a adoptar y llevará puesto mascarilla (mínimo quirúrgico).
- Se establecerá un orden de acceso a la zona de salida, la cual estará delimitada con vallas para eliminar el contacto con el público y con marcas en el suelo con separación superior a 1.5 metros para ubicar a cada corredor en orden preestablecido, de manera que se limiten los contactos.
- El AVITUALLAMIENTO será entregado por nuestro staff.
- No se habilitará zona de exposición y venta.
- Los corredores que quieran tomar parte en la prueba, han de aceptar y cumplir todas las condiciones dictadas por la organización y deberán adquirir el compromiso de cumplirlas.
- En todo momento se han de respetar los horarios planteados por la organización.
- Los participantes han de respetar la distancia social en cada uno de los espacios antes durante y después de la carrera.



Anexo I

CUESTIONARIO DE SALUD COVID-19

Este es un cuestionario para conocer tu estado de salud actual con respecto a la enfermedad producida por el CORONAVIRUS COVID-19. Es fundamental y de acceso únicamente para los profesionales sanitarios.

Nombre:

Especialidad:

Prueba:

Categoría:

• ¿Has padecido COVID-19 u otra enfermedad durante el confinamiento?: sí/no

¿Dónde y quién te ha atendido?

Centro:

Especialista:

• Durante este periodo de confinamiento, ¿has tenido alguno de los siguientes síntomas?

FIEBRE: sí/no:

TOS SECA: sí/no:

DIFICULTAD RESPIRATORIA: sí/no:

DOLOR DE CABEZA: sí/no:

GASTROENTERITIS: sí/no:

PÉRDIDA DE SABOR: sí/no:

PÉRDIDA DE OLOR: sí/no:

CANSANCIO GENERALIZADO: sí/no:

DOLOR MUSCULAR MARCADO: sí/no:

• ¿Te han hecho algún Test de confirmación del Covid-19? sí/no

¿Cuál?

PCR: sí/no:

Resultado:

TEST DE ANTIGÉNICOS: sí/no:

Resultado:



TEST DE INMUNOGLOBULINAS: sí/no:

Resultado:

- ¿Has necesitado asistencia médica a causa del Covid-19?

TELEFÓNICA: sí/no:

AMBULATORIA: sí/no:

HOSPITALARIA: sí/no:

UCI: sí/no:

¿Qué tratamiento has recibido?

- ¿Alguna persona que conviva contigo ha padecido la enfermedad o alguno de los síntomas mencionados con anterioridad?: sí/no: En caso afirmativo, ¿hiciste cuarentena?: sí/no:

- ¿Te encuentras en estos momentos bien de salud? sí/no: En caso de que hayas marcado no, describe los síntomas que tienes:

- Formular/responder las siguientes preguntas haciendo referencia al momento actual y a los 14 días previos al momento en que se realizan las preguntas:

Estado general: ¿Cómo te encuentras en general?

Fiebre y/o escalofríos. Superior a 37,5°C y si reaparece: sí/no:

Tos, expectoración (arrancas mucosidad), hemoptisis (sangre al toser), seca, persistente, con esputo, con sangre: sí/no:

Trabajo respiratorio o respiración acelerada. Desde cuándo, asociada o no al movimiento, de inicio brusco, si ha mejorado: sí/no



***Anexo II**

CLÁUSULA COVID-19 DE INSCRIPCIÓN Y PARTICIPACIÓN EN ACTIVIDADES Y COMPETICIONES

La crisis sanitaria del COVID-19 hace necesaria la adopción de una serie de medidas tendientes a cumplir los protocolos marcados por las autoridades sanitarias. El establecimiento y cumplimiento de las citadas medidas requiere de una serie de compromisos y formas de actuación por parte, fundamentalmente, de organizadores y participantes. La lectura y aceptación del presente documento es condición indispensable para tomar parte en actividades y competiciones que como evento deportivo se desarrollen bajo la dirección de un organizador.

Como participante en el evento deportivo declara y manifiesta:

- 1.- Que se compromete a cumplir las directrices o seguir las recomendaciones que se contengan en tal guía, así como las instrucciones que sean dadas por las autoridades deportivas o personal de organización presentes en la competición en relación con las medidas para evitar contagios por COVID-19.
- 2.- Que se compromete a no acudir ni tomar parte en el evento o competición en el caso de que padeciese síntomas que pudieran ser compatibles con el contagio del COVID-19. Ello resultará extensivo, igualmente, a los casos en los que los síntomas fuesen sufridos por terceros con las que la persona participante tenga o haya tenido un contacto del que objetivamente pudiera derivarse un contagio.
- 3.- Que, en caso de tener conocimiento de estar afectado por el virus del COVID-19, se compromete a no acudir ni tomar parte en el evento o competición en tanto en cuanto las autoridades sanitarias no manifiesten que la participación no entraña un riesgo, bien para su persona, bien para el resto de los asistentes con los que pudiera tener contacto.
- 4.- Que, con los medios a su alcance, y en todo caso cuando se hayan dado circunstancias que lo aconsejen, se ha sometido a los test existentes para comprobar si está o ha estado contagiado por COVID19.
- 5.- Que tiene el conocimiento, acepta y asume que, en el actual estado, existe un objetivo riesgo de contagio de COVID-19 con las consecuencias que de ello se pudieran derivar para su persona en términos de salud o problemas que, incluso, pudieran ocasionarle la muerte.
- 6.- Que acepta que el organizador del evento adopte las medidas que se indican en su documento/protocolo que tiene publicado en aras a establecer un razonable escenario de seguridad en la competición. En tal sentido, se hace constar que el organizador del evento, en el curso de la actividad o competición, podrá adoptar las medidas o decisiones que sean precisas en relación con el establecimiento o aplicación de las medidas que se contienen en su este documento publicada o cualesquiera otras que tuviesen por finalidad el dotar a la prueba de un entorno seguro en términos de evitar contagios por COVID-19.



8.- Que, en caso de resultar contagiado por COVID-19, exonera al organizador del evento de cualquier responsabilidad en relación con los posibles daños o perjuicios que pudieran derivarse para su persona.

9.- Que acepta que cuando se llegasen a adoptar medidas o decisiones por parte del organizador del evento con el objetivo de preservar la salud de las personas en el curso de la competición, no se podrán considerar incumplidas las obligaciones esenciales contraídas por éste, por lo que no se podrá exigir el pago de cantidades, indemnizaciones o devolución de precios o importes en concepto de inscripción o derechos de participación o costes en que hubiese incurrido el o la deportista y/o su club.

10.- Que acepta que si se mostrase por su parte una conducta o comportamiento de inobservancia o incumplimiento de las órdenes e instrucciones del personal de organización en relación con las medidas de seguridad evitar contagios por COVID-19, podrá ser objeto de exclusión o descalificación del evento por decisión de quien actúe como autoridad deportiva (árbitros o responsables de la organización).

11.- Que acepta que las medidas de carácter deportivo expuestas en el apartado anterior se entienden sin perjuicio de otras responsabilidades que aquel o aquella pudiera llegar a asumir ante las autoridades competentes (incluidos los órganos disciplinarios federativos) como consecuencia de una conducta o comportamiento de inobservancia o incumplimiento de las órdenes e instrucciones que sean de aplicación, bien en el ámbito deportivo-federativo, bien en otros ámbitos diferentes.

Nota: Estas medidas son orientativas y provisionales, se adaptarán a las disposiciones y recomendaciones de las autoridades sanitarias vigentes en el momento del evento, con seguimiento continuo de las medidas adoptadas por la OMS y el Ministerio de Sanidad para reducir el riesgo general de transmisión.

Fdo. Nombre completo, firma y fecha.