



## **PROTOCOLO Y RECOMENDACIONES PARA EL REINICIO DE LA PRACTICA DE NAVEGACION A VELA EN EMBARCACIONES MONOTRIPULADAS Y DUPLAS**

### **1.- CONSIDERANDO:**

La pandemia mundial del COVID-19 Coronavirus ha alterado muchas acciones habituales del ser humano, incluyendo la práctica del deporte y actividad física en el exterior o de manera grupal en recintos cerrados.

El principal llamado de las autoridades nacionales e internacionales es a disminuir el riesgo de contagio, promoviendo el autocuidado, por lo que el retorno de cualquier iniciativa deportiva debe considerar esos elementos de manera obligatoria y acomodarse sin excepciones a las nuevas condiciones dictadas por los especialistas.

Al igual que otras actividades, la reanudación de la práctica deportiva deberá ser progresiva y vigilada, de manera tal que cumpla con las restricciones inherentes a cada etapa y propuestas a lo largo de este documento.

Debido a la emergencia sanitaria frente al COVID 19, Fedevela ha preparado esta Guía para apoyar la práctica de deportes asociados a la navegación a vela.

Nuestro deporte es en general de “Bajo Riesgo”, debido a que existe la posibilidad de mantener la distancia social en los veleros, siempre y cuando la distancia y protocolos recomendados para deportistas y técnicos sea seguida.

### **2.- PROPÓSITO:**

El propósito de este documento es ayudar a los clubes, escuelas, clases y deportistas a implementar protocolos y procedimientos acorde a los consejos proporcionados por la Organización Mundial de la Salud (OMS), el Comité Olímpico Internacional (COI), el centro para el control de enfermedades (CDM), World Sailing, Ministerio de Salud de Chile (MINSAL) y Ministerio del Deporte (Mindep).



### **3.- RECOMENDACIONES PARA LA PRÁCTICA DE NAVEGACIÓN A VELA:**

#### **3.1 PROTOCOLOS GENERALES PARA LOS RECINTOS DEPORTIVOS**

- Tome medidas de sanitización general de los recintos de las practicas.
- Inicie la actividad deportiva y/o recreativa con las recomendaciones preventivas en torno al Covid19. (Estas recomendaciones deben estar publicadas en lugares visibles a modo de información general)
- Reforzar al inicio de la práctica las nuevas formas de saludo que evitan el contacto físico.
- En caso de toser, cubrir boca y nariz con el antebrazo y/o utilizar pañuelos desechables, luego botarlos inmediatamente en un basurero cercano.
- Lavar sus manos con jabón por al menos 20 segundos, previos al armado de botes y práctica y después al término de actividades.
- Disponer de alcohol gel o alcohol líquido al 70%, agua y jabón en las instalaciones deportivas de manera obligatoria y al alcance de los deportistas.
- Reforzar a los asistentes el evitar tocar ojos, nariz y boca con sus manos, recordándolo con algún cartel visible a público.
- Privilegiar las reuniones en forma virtual.
- Si debe realizar una reunión presencial, de manera excepcional, deberán realizarse al aire libre, manteniendo a lo menos 2 metros de distancia entre los asistentes y con no más de 50 personas reunidas.
- Se prohíbe el uso del celular, joyas, aros, piercing y todo accesorio que no sea propio de la práctica, en las zonas de entrenamiento.
- Utilizar mascarillas de manera obligatoria cuando se encuentran los deportistas en tierra.
- Tener siempre en salas, baños y espacios comunes basureros de pedal para el desecho de residuos.
- No habilitar camarines para uso de deportistas. Los deportistas deben llegar a las instalaciones con la indumentaria para navegar y luego deben ir a cambiarse a su domicilio. Su utilización solo se permitirá en casos especiales.
- Los baños se podrán utilizar de forma restringida con personal de limpieza permanente, con acceso a jabón y agua potable.
- Deberá existir un lugar previamente determinado y señalado para que los deportistas dejen sus bolsos o pertenencias, evitando que tengan contacto con las pertenencias de otro deportista, siendo estos artículos sanitizados de forma frecuente.
- Asegurarse que el personal de apoyo a las actividades deportivas cuente con guantes y mascarillas.



- Cualquier persona que presente el más mínimo síntoma de la enfermedad se abstendrá de participar en cualquier actividad, y comunicará la situación de forma inmediata al club para que se tomen todas las medidas preventivas que correspondan. Así mismo Informar inmediatamente al Club, Escuela, Fedevela y/o entrenadores ante cualquier síntoma en caso de sospecha de ser portador de COVID-19.
- Establecer grupos de entrenamientos acorde a lo permitido por las autoridades sanitarias en las diferentes fases de desconfinamiento. Esto eventualmente puede sufrir modificaciones acordes a la normativa instruida por las autoridades sanitarias.
- Disponer de un sector exclusivo de acceso, con el fin de poder realizar por personal capacitado un control de ingreso (control de temperatura a todos los usuarios del recinto).
- Debe existir un encargado sanitario de cada actividad, el cual debe velar cada uno de los puntos anteriores se cumplan. **De no ser respetado, alguno de los puntos anteriores, debe suspender la actividad de manera inmediata, tomando todos los resguardos necesarios para terminarla.**
- Los clubes deberán informar de su programa de entrenamiento a la autoridad marítima correspondiente y a la gerencia de la federación.

### 3.2 PROTOCOLO PARA DEPORTISTAS

- Se permitirá la navegación en forma individual (solo un tripulante) o en duplas, siempre y cuando puedan acreditar que han permanecido a lo menos 3 semanas en la misma residencia (por ejemplo, familiares que viven juntos).
- Lavar las embarcaciones con agua y jabón (idealmente biodegradable) o utilizar algún otro método de sanitización de las embarcaciones en todas sus superficies con las que se tiene contacto. Si tiene dudas de si alguna superficie ha sido manipulada por un tercero en forma reciente (menos de un mes), debe sanitizar las superficies incluso antes de la práctica deportiva.
- Los deportistas extremarán el principio de autonomía en la práctica del deporte respetando las distancias personales recomendadas.
- Mantener una distancia de al menos 3 metros para el armado de embarcaciones. Procurar mantener dicha distancia también durante el arriado e izaje de las embarcaciones.
- No realizar ejercicios físicos en sitios públicos en tierra.
- Utilizar mascarilla en todo momento estando en tierra. El uso de mascarilla es opcional durante la práctica deportiva.



- Para armar y desarmar las embarcaciones deberán hacer uso de guantes desechables, al igual que para las maniobras de arriado e izaje, una vez usados depositar inmediatamente en el basurero más cercano.
- Está prohibido compartir botellas de agua, vasos, toallas o cualquier otro elemento que pudiera transmitir el virus. Todos los artículos deportivos deben estar marcados con el nombre del deportista, siendo de uso totalmente personal.
- Está prohibida la participación de personas de mayores de 65 años y de cualquiera que tenga antecedentes de enfermedades crónicas o graves y que forma parte del grupo de riesgo.
- Los deportistas, dentro de lo posible, no utilizarán transporte público para llegar a los clubes.

### 3.3 PROTOCOLO PARA LOS ENTRENAMIENTOS DIRIGIDOS

- No juntar las embarcaciones para conversar.
- En caso de acompañamiento del entrenador, no hará entrega al deportista de la hidratación, indumentaria o alimentación que requiera el deportista.
- En caso de indicaciones del entrenador desde el gomón, este deberá hacerlo con una distancia mayor a 2 metros y a popa o proa de la embarcación del deportista.
- En caso de uso de elementos electrónicos con el fin de documentar el entrenamiento los mismos deberán ser manipulados por una sola persona, y ser sanitizados antes y después del entrenamiento.
- No es obligatorio el uso de mascarillas durante la práctica.
- No es obligatorio el uso de guantes durante la práctica.
- Para sacar del agua, montar o guardar la embarcación deberán hacer uso de guantes.
- Los bolsos, equipos personales, hidratación y alimentación deben estar identificada con el nombre del deportista y cada uno es responsable de ello.
- Los entrenadores, dentro de lo posible, no utilizarán transporte público para llegar a los clubes.
- Para disminuir la densidad de deportistas en los clubes se establecerán turnos de actividad deportiva. Estos grupos no podrán variar ni alternarse de forma temporaria.
- Se navegará en condiciones de riesgo limitado, quedando prohibida la navegación con más de 18 nudos.



### 3.4 RECOMENDACIÓN ADICIONAL

- Contar con personal médico capacitado para alertar y conducir cualquier situación que pudiese aumentar el riesgo de contagio. De lo contrario, contar con número de emergencia al alcance.

### 3.5 INFORMACIÓN ADICIONAL

- Una vez que en conjunto con las autoridades nacionales y especialistas de diversas áreas se decida que están dadas las condiciones para modificar algunas de las normas detalladas anteriormente, esto será comunicado y oficializado en un nuevo protocolo.
- Invitamos a todos quienes buscan retomar la práctica deportiva a ser extremadamente conscientes de la importancia de respetar la distancia física, la correcta higiene y todas las medidas de seguridad antes descritas, tanto por su bienestar personal como el de la comunidad.

Solicitamos a cada entidad afiliada a la Federación Chilena de Navegación a Vela y deportistas, adherir a estos protocolos y recomendaciones a cabalidad.

La decisión de reanudar la actividad deportiva es de exclusiva responsabilidad de cada entidad, pudiendo adherir o no a estos protocolos y recomendaciones.



FEDERACION CHILENA DE NAVEGACION A VELA



## Anexo 1: CUESTIONARIO DIARIO DE INGRESO COVID – 19

El llenado de este cuestionario es personal y es de responsabilidad exclusiva de la persona que lo completa. Debe ser contestado diariamente y es requisito para poder ingresar a un club. Recuerde que, acorde a las autoridades sanitarias, de presentar síntomas relacionados con el COVID-19 o de haber tenido contacto estrecho no debe salir de su residencia.

Nombre Completo: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Rut: \_\_\_\_\_

1.- ¿Ha presentado alguno de los siguientes síntomas recientemente (últimas 24 horas)?.

\*Si usted tiene fiebre o tiene dos o más síntomas de los descritos no debe salir de su casa y avise al médico correspondiente.

- Fiebre (temperatura corporal de 37,5° o más)
- Tos
- Disnea o dificultad respiratoria
- Dolor Torácico
- Odinofagia o dolor de garganta al comer o tragar líquidos
- Mialgias o dolores musculares
- Escalofríos
- Cefalea o dolor de cabeza
- Diarrea
- Perdida brusca del olfato o anosmia
- Perdida brusca del gusto o ageusia
- Sin síntomas

2.- ¿Ha tenido contacto estrecho con una persona confirmada de COVID-19? (si usted ha tenido contacto estrecho, no debe salir de su casa y avisar a la autoridad sanitaria).

- SI
- NO