

PROTOCOLO ACTUACIÓN
FEDERACIÓN NACIONAL DE
AIKIDO AIKIKAI DE ESPAÑA
(FNAAE)

PARA LA VUELTA PROGRESIVA A
LA ENSEÑANZA Y PRÁCTICA DEL
AIKIDO AIKIKAI





Índice

1. **Introducción**
2. **Objetivo**
3. **Perspectiva Económica**
4. **Clubes, asociaciones y el Aikido Aikikai**
5. **Prevención para instructores y practicantes**
 - **ANTES DE IR AL DOJO**
 - **DESPLAZAMIENTOS HASTA Y DESDE EL DOJO**
 - **EN EL DOJO**
 - **MEDIDAS ORGANIZATIVAS**
 - **HIGIENE EN EL DOJO**
 - **DESPUÉS DEL ENTRENAMIENTO**

6. **Puesta en marcha y prevención en las Actividades**

Medidas Organizativas

Medidas Higiénico-sanitarias

7. **Observaciones**

8. **Bibliografía y referencias**

Anexo I. Lavado de manos

Anexo II. Como protegerse del Covid-19

Anexo III. Forma correcta de toser y estornudar

Anexo IV. Desinfección de superficies

Anexo V. Correcto uso mascarilla

Anexo VI. Recomendaciones a trabajadores

Anexo VII. Estaciones de desescalada

Anexo VIII. Protocolo de Contingencia ante personas con Síntomas

Anexo IX. Declaración Responsable

Anexo X. Formulario Localización Personal





1. Introducción

Una vez permitidas las actividades físico deportivas por parte del gobierno y las autoridades sanitarias, y siguiendo la intención por parte del gobierno de ir desescalando progresivamente las limitaciones de movilidad y actividades, nos proponemos desde la Federación Nacional de Aikido Aikikai de España hacer una propuesta seria, responsable y segura para la recuperación de la actividad de enseñanza y práctica del **Aikido Aikikai**, por parte de todos los clubs(dojos) asociados a la Federación Nacional de Aikido Aikikai.

El **Aikido Aikikai** es una modalidad de la práctica del Aikido definida y diferenciada de otras, por seguir las enseñanzas, metodología y evolución de la práctica del Aikido por parte de los maestros del Honbu Dojo Aikikai Foundation de Japón, además de seguir el sistema de calificaciones, graduación y formación de esta organización. Al mismo tiempo nos regimos, por las regulaciones internacionales de la IAF (Federación Internacional de Aikido). Esto le confiere unas características propias y definitorias en relación a otras formas de Aikido.

Es por ello que desde esta federación presentamos un protocolo de seguridad sanitaria y de desescalada específico para esta modalidad. Esta propuesta de activación progresiva de la práctica de **Aikido Aikikai**, está programada de acuerdo a las indicaciones de protección establecidas por el gobierno de España y supeditada a las indicaciones realizadas, en esa misma dirección, por las administraciones de las diferentes comunidades autónomas.

Por supuesto, esta propuesta, será modificada en base a las indicaciones pertinentes, por parte de las administraciones públicas de ámbito nacional, autonómico y local.

La propuesta se plantea para la vuelta a la actividad de la enseñanza y práctica del **Aikido Aikikai** en todos aquellos grupos socios de la Federación Nacional de Aikido Aikikai en todo el territorio nacional, que desarrollan su actividad de manera ordinaria tanto en centros públicos como privados: clubes, gimnasios, colegios, polideportivos, salas de actividades, etc. Ha de tenerse presente que, siendo la práctica del deporte una actividad libre y voluntariamente desarrollada, cada persona y cada entidad deberán asumir el riesgo objetivo que la actual práctica deportiva entraña.

En la redacción de este protocolo se ha tenido en cuenta que el **Aikido Aikikai** es una disciplina que no cuenta con competición, es por ello, que aún tomando como referencia los protocolos de disciplinas marciales de contacto, desarrollados por sus respectivas federaciones deportivas oficiales, hemos prescindido de aquellos aspectos de regulación de la competición, por no ser necesarios en la práctica de esta modalidad donde la competición no está permitida.

Este documento se configura como un punto de partida, y su contenido deberá adaptarse a las instrucciones sanitarias que, en función de la evolución de la enfermedad, dictaminen las autoridades competentes. Estos protocolos, por tanto, se deberán revisar periódicamente, según vaya cambiando la situación del estado de alarma por la COVID-19 en España.





2. Objetivo

Ante la incertidumbre y variabilidad sobre los plazos para la desescalada en las medidas de reapertura de actividades deportivas, y siendo conscientes de la necesidad de adaptar y/o introducir nuevos procedimientos de trabajo en nuestro desempeño diario, desde la Federación Nacional de Aikido Aikikai de España queremos avanzar una serie de medidas eficaces para garantizar la seguridad de nuestros/as instructores y practicantes de **Aikido Aikikai**, trabajadores/as, al tiempo que sean factibles desde el punto de vista técnico, organizativo y económico. Todo ello con el objetivo de estar preparados para ofrecer nuestros servicios, con las máximas garantías posibles lo antes posible.

El objetivo general de este documento es proporcionar los principios comunes que permitan el establecimiento de un plan de continuidad y recuperación de la enseñanza y práctica del **Aikido Aikikai** en los clubes y asociaciones pertenecientes a la Federación Nacional de Aikido Aikikai de España, con la máxima garantía sanitaria y seguridad para sus instructores y practicantes.

Los objetivos concretos de este documento son:

1. Poner en conocimiento de las autoridades competentes la actitud proactiva y consensuada de todos los miembros de la Federación Nacional de Aikido Aikikai de España.
2. Facilitar unos protocolos de actuación basados tanto en las recomendaciones sanitarias como en el conocimiento y la práctica diaria de este sector, haciendo compatible el desempeño de la actividad con las máximas garantías higiénico- sanitarias para los/las instructores y alumnos/as.
3. Servir de guía de actuación para los Dojos de la Federación, para que vayan preparando sus instalaciones y procedimientos durante esta fase previa a la apertura de sus centros, de tal forma que cuando ésta acontezca estén en disposición de operar con responsabilidad y seguridad.





3. Perspectiva Económica

Desde que se decretó el Estado de Alarma el pasado 14 de marzo, los dojos y grupos de aikido han tenido que cesar su actividad.

Se debe de considerar que esta parada se ha realizado en una época del año en la cual la afluencia y asistencia a clase en los grupos es más estable, los grupos se han consolidado con las nuevas incorporaciones de los meses anteriores y es una época decisiva para la contribución a la continuidad y equilibrio en los grupos. Es una época en la cual los Dojos reciben un aumento en sus ingresos que sirven para subsanar la bajada de participación o el cierre de grupos durante los meses de julio a septiembre.

Las pérdidas económicas como resultado de la inactividad en estas fechas clave, unido al endeudamiento para sufragar los gastos fijos (alquiler de locales, seguros, nóminas, cuotas hipotecarias o préstamos) y a la incertidumbre de no saber cuándo se podrá comenzar a trabajar, hacen vislumbrar un panorama que –caso de alargarse mucho más tiempo– pone en riesgo la viabilidad de muchos dojos, clubes o asociaciones.

Por tanto y teniendo en cuenta este diagnóstico, nos gustaría trasladar a las distintas Administraciones un mensaje de atención sobre la necesidad de evitar un retraso innecesario en el horizonte de reapertura, asumiendo que ésta se hará con responsabilidad y atendiendo a criterios de seguridad y bien común. Desde la Federación Nacional de Aikido Aikikai de España estamos trabajando desde el primer día para el cumplimiento de las normas generales de Salud Pública y la adopción de medidas específicas, algunas de las cuales ya se venían desarrollando antes de la pandemia y otras nuevas susceptibles de implementarse, con el objetivo de ir recuperando la normalidad, en las etapas necesarias.





4. Clubes, asociaciones y el aikido

Por lo general los clubes y asociaciones cuentan con un lugar de práctica privado, normalmente denominado dojo y en otros casos se imparten clases en instalaciones deportivas municipales que cuentan con espacios de atención al público e instalaciones sanitarias adecuadas (aseos, vestuarios). Esto quiere decir que los clubes y asociaciones cuentan con unas instalaciones donde brindan el servicio que pueden garantizar el cumplimiento de las regulaciones específicas para operar dentro del estado de excepcionalidad que supone la pandemia producida por la COVID-19.

Al tener un local donde se encuentran todas las instalaciones son fácilmente localizables a efectos de comprobación y seguimiento de las normativas y protocolos.

Mucho antes de la declaración de la pandemia, la gran mayoría de los centros ya tenía protocolos de desinfección del equipamiento y de las instalaciones, esto ya era parte habitual de la actividad diaria de los dojos. Todas estas medidas habrá que extremarlas en esta situación, con medidas como se han tomado en otros sectores en base a las recomendaciones generales ampliamente conocidas de higiene personal, distanciamiento social y protección; y otras específicas para nuestra actividad, que se desarrollan en más detalle en este documento.

La aplicación de un protocolo adaptado a la situación sanitaria que plantea la COVID- 19 podrá ser implementado, por tanto, sobre la base de lo ya existente.

Debemos tener en cuenta que dentro de esta desescalada podemos encontrar diferentes supuestos, que se trabajarán más adelante, y buscar soluciones que sean viables para mantener un nivel de actividad que permita sobrevivir a aquellos instructores cuya única fuente de ingresos es la enseñanza del **Aikido Aikikai**, siempre poniendo en primer lugar la seguridad de los practicantes y de los trabajadores del sector.

Por último indicar que aunque el **Aikido Aikikai** es un arte marcial que conlleva contacto físico, también es cierto que posee una serie de actividades que pueden realizarse sin el mismo, en solitario, como es el entrenamiento de la condición física, ejercicios de respiración, trabajo de desplazamientos, entre otros. También esta disciplina cuenta con el trabajo de armas de madera (bokken y jo), que por sus estructura de trabajo permite un distanciamiento de más de dos metros durante todo el entrenamiento.

Morihei Ueshiba, el fundador del aikido, hizo uso de ellas durante toda su vida, dándole un carácter espiritual en algunos momentos. A través del trabajo de armas, el aikidoka puede profundizar en el trabajo del orden corporal, la eficiencia de los movimientos, el trabajo del centro, el trabajo respiratorio, la quietud y enfoque mental, el estudio de la guardia, del manejo de las distintas energías (las más sutiles y flexibles y las más fuertes e intensas).

Los movimientos del **Aikido Aikikai** tienen mucho que ver con los movimientos del sable y de la lanza, a la hora de abordar el trabajo de manos libres, y ejecutar los desplazamientos de cuerpo y manos, y las relaciones de distancia con el atacante.



En momentos como los que estamos viviendo, las dos armas que se adecúan perfectamente a las necesidades de distancia social, y entrenamiento sin contacto son:

Bokken

Sable de madera, entre 100 y 110cm de longitud.



Jo-Palo largo

Un Jo mide aproximadamente 115-130 cm de longitud





5. Prevención para los instructores y practicantes

ANTES DE IR AL DOJO

1. Ante cualquier sintomatología (tos, fiebre, dificultad al respirar, etc.) que pudiera estar asociada con la COVID-19 no se debe acudir al dojo. Se contactará con el teléfono de atención a la COVID-19 de la comunidad autónoma o con el centro de atención primaria y se seguirán sus instrucciones.
2. Si se ha estado en contacto estrecho o se ha compartido espacio sin guardar la distancia interpersonal con una persona afectada por la COVID-19, tampoco se debe acudir al dojo, incluso en ausencia de síntomas, por un tiempo de al menos 14 días.
3. Si se es vulnerable por edad, por estar embarazada o por padecer afecciones médicas anteriores, no se deberá acudir al dojo.

DESPLAZAMIENTOS HASTA Y DESDE EL DOJO

1. Siempre que se pueda, priorizar las opciones de movilidad que mejor garanticen la distancia interpersonal de aproximadamente 2 metros.
2. Si se va al dojo andando, en bicicleta o moto se debe guardar la distancia interpersonal cuando se vaya caminando por la calle o circulando.
3. Si se tiene que desplazar en un turismo, se deben extremar las medidas de limpieza del vehículo y evitar que viaje más de una persona.
4. Si se coge un taxi o un VTC, solo debe viajar una persona por cada fila de asientos manteniendo la mayor distancia posible entre los ocupantes.
5. En los desplazamientos en transporte público se debe guardar la distancia interpersonal con los compañeros de viaje. Es recomendable usar una mascarilla higiénica o ffp2.

EN EL DOJO

1. Todas las tareas y procesos deben planificarse para que los practicantes puedan mantener la distancia interpersonal de aproximadamente 2 metros.
2. Todas las personas que accedan a las instalaciones deberán lavarse las manos con hidrogel y usar mascarilla en todo momento, salvo cuando sea incompatible su uso con el desarrollo de la actividad.





3. Hay que asegurar que la distancia interpersonal está garantizada en las zonas comunes y, en cualquier caso, deben evitarse aglomeraciones de personas en estos puntos.
4. La reanudación de la actividad debe guiarse por el principio de minimización del riesgo.
5. Se debe organizar la entrada al dojo de forma escalonada, para evitar aglomeraciones en el transporte público y en la entrada a los centros.

MEDIDAS ORGANIZATIVAS

1. De acuerdo con la normativa de prevención de riesgos laborales (PRL), informar al personal de forma fehaciente y actualizada sobre las recomendaciones sanitarias que deben seguir de forma individual.
2. Proveer de los productos de higiene necesarios para poder seguir las recomendaciones individuales, adaptándose a cada actividad concreta. Con carácter general, es necesario mantener un aprovisionamiento adecuado de jabón, solución hidroalcohólica y pañuelos desechables.
3. Hay que mantener un aprovisionamiento suficiente del material de limpieza para poder acometer las tareas de higienización reforzada a diario. Entre ellos lejía y productos autorizados por el Ministerio de Sanidad para desinfectar.
4. Contar con aprovisionamiento suficiente de material de protección, especialmente guantes y mascarillas, tanto para el instructor como para los alumnos/as (si fuese necesario).
5. Se recomienda reducir el acceso y uso de los vestuarios por parte de los usuarios y siempre que sea posible, permanecerán cerrados y sin uso.
6. El titular de la instalación tendrá control de acceso de practicantes e instructores.
7. Se informará debidamente de las medidas a adoptar indicadas en este protocolo a personal de limpieza, instructores y practicantes.

HIGIENE EN EL DOJO

1. Ventilación periódicamente de las instalaciones, como mínimo de forma diaria y por espacio de veinte minutos.
2. Reforzar la limpieza de los filtros de aire y aumentar el nivel de ventilación de los sistemas de climatización para renovar el aire de manera más habitual.





3. Reforzar la limpieza en todas las estancias, con especial incidencia en superficies, especialmente aquellas que se tocan con más frecuencia como ventanas o pomos de puertas, así como todos los aparatos de uso habitual.
4. Limpiar el área de trabajo usada en el entrenamiento en cada cambio de grupo.
5. Los detergentes habituales son suficientes, aunque también se pueden reforzar las rutinas de limpieza incorporando lejía u otros productos desinfectantes, siempre en condiciones de seguridad.
6. Debe asegurarse una correcta protección del personal encargado de la limpieza. Todas las tareas deben realizarse con mascarilla y guantes de un solo uso.
7. Una vez finalizada la limpieza, y tras despojarse de guantes y mascarilla, es necesario que el personal de limpieza realice una completa higiene de manos, con agua y jabón, al menos 40-60 segundos.
8. En caso de los uniformes de trabajo (keikogi) o similares, serán embolsados y cerrados, recomendándose un lavado con un ciclo completo a una temperatura de entre 60° y 90° C.

DESPUÉS DEL ENTRENAMIENTO

Todo el mundo deberá cuidar las distancias y las medidas de prevención de contagios e higiene también en el hogar, máxime si conviven con personas de grupos de riesgo.





6. Puesta en marcha y prevención en las actividades

La puesta en marcha de las actividades se llevará a cabo prestando atención a las indicaciones del gobierno facilitadas para cada momento.

Se debe considerar que el **Aikido Aikikai** es una modalidad deportiva en la cual hay momentos y prácticas en las que puede ser inviable mantener la distancia de seguridad establecida, en estos casos se tomarán las medidas higiénico-sanitarias necesarias para garantizar el no contagio, así como se limitará el número máximo de participantes en la actividad.

Además el uso de mascarilla será obligatorio durante toda la práctica, aunque hay momentos de la misma donde se hace incompatible su uso, en estos casos se extremarán las medidas de seguridad, exigiendo mantener la distancia de seguridad y se volverá a usar en cuanto vuelva a ser compatible.

Por otro lado, al tratarse de una actividad que carece de competición, este aspecto queda excluido de la práctica por el propio fundador del arte marcial, las medidas necesarias para la competición no quedan redactadas en este documento.

Este documento es un **protocolo general para todos los dojos y clubes pertenecientes a la Federación Nacional de Aikido Aikikai**; no obstante, aparte de este protocolo genérico, se redactará un **protocolo específico en cada club**, con las características propias de sus instalaciones.

Asimismo, se elaborarán **protocolos específicos para la celebración de eventos** tales como seminarios y exámenes, donde se indiquen las medidas organizativas e higiénico sanitarias concretas que se deben tomar para la celebración de los mismos.





Medidas Organizativas

1. Se hará una fila en el exterior del dojo, con una distancia de 1,5 m para entrar (manteniendo un orden de entrada y salida de 1 en 1).
2. Se establecerá un horario que permita una salida progresiva y ordenada, manteniendo los criterios de protección y distancia, además del tiempo necesario para la desinfección del suelo (tatami). Estableciendo un mínimo de 30 min. entre clase y clase.
3. Se tomará la temperatura al entrar, debiendo estar por debajo de 37 ° C.
4. Se deberá acudir con la ropa de entrenamiento. Si se asiste con alguna otra prenda diferente se meterá en su mochila cuando se cambie por el keikogi.
5. El practicante traerá una toalla para el sudor, una bayeta, el keikogi (chaqueta), una botella de agua. Todo eso vendrá en una mochila, que se depositará en la correspondiente cuadrícula de práctica asignada.
6. El calzado será desinfectado a la entrada del Dojo, una vez desinfectado (con el correspondiente biocida para covid 19) quedará depositado en una zona destinada al mismo. En la instalación se usará un calzado diferente al usado para llegar a ella.
7. Después de desinfectar el calzado y depositarlo en el lugar establecido, nos desharemos de los guantes en una papelera destinada a ello de apertura con pedal.
8. Cualquier otro objeto personal como móvil, llaves, gafas, etc...se depositarán en el interior de una mochila.
9. El aforo máximo dependerá de las normas de aforo máximo permitidas por la normativa del gobierno y en relación a las dimensiones de la sala que permitan un espacio asignado de 4m²(2 tatamis de 1x2m ó 4 de 1x1m) por persona, delimitándose esos 4m² con algún tipo de cinta adhesiva, creando cuadrículas de entrenamiento. El aforo máximo será del 65 % de la instalación.
10. Si no es posible mantener la distancia de seguridad el aforo máximo será de 10 personas.
11. Los grupos de personas serán asignados a un horario y grupo concretos sin poder cambiar a otros horarios o de grupo.
12. Se llevará un control de asistencia de los usuarios e instructores, conservando un registro de los últimos 14 días.
13. Se podrá solicitar a los usuarios una declaración responsable asumiendo la voluntariedad de la práctica, que será firmada por el usuario o por el representante legal en el caso de menores.





Medidas Higiénico-Sanitarias

1. Se recomendará que el practicante se lave las manos con agua y jabón antes de asistir a clase, además existirán dispensadores de hidrogel a la entrada de la instalación, por lo que será obligatorio la desinfección de manos.
2. Utilización de mascarillas homologadas(quirúrgicas, ffp2, u otras que sigan los requisitos establecidos por la autoridad sanitaria para la protección del covid 19). Los practicantes llegarán con su mascarilla homologada y las utilizarán durante todo el tiempo de práctica y como mínimo hasta la salida al exterior.
3. Cada practicante se desinfectará las manos y brazos hasta el codo con geles hidroalcohólicos antes de entrar al tatami.
4. Se desinfectarán debidamente las armas que vayan a usar con peróxido de hidrógeno o alcohol antes de iniciar la práctica y al finalizarla, todo ello se realizará dentro de su cuadrícula de práctica. El practicante traerá una bayeta para esta labor, y la sustancia desinfectante será aportada por el dojo o sala.
5. Una vez colocada el arma en su lugar volverán a lavarse las manos y brazos con geles hidroalcohólicos.
6. En la medida de lo posible no se compartirá el material y si se comparte será desinfectado antes de cada uso.
7. La sala deberá estar debidamente ventilada. Y deberá dejarse unos 20 min. de ventilación de la sala después de terminar la actividad.
8. Se recomendará que cada día el practicante lave su equipo de práctica a más de 60° C.
9. El dojo (local, sala) será desinfectado a diario al menos antes de iniciar y después de terminar las actividades del día (paredes, cristales, puertas, suelos...).
10. Se colocarán carteles en las paredes del dojo con los protocolos de actuación en lugares visibles.
11. No se podrán compartir bebidas ni alimentos.
12. Los efectos personales de las personas que accedan a la instalación solo se podrán dejar en los espacios habilitados a tal fin.
13. Los vestuarios permanecerán cerrados.





7. Observaciones

1. En el caso de los **niños/as**, se establecerán unas medidas similares, una vez permitida su incorporación al ámbito escolar y dando un margen suficiente de adaptación para los pequeños, manteniendo y extremando las medidas de seguridad sanitarias, ya implantadas en las instalaciones y en la sociedad.
2. Aquel/la deportista que presente **sintomatología** sugestiva de padecer COVID-19 (fiebre, tos o dificultad respiratoria) o que haya tenido contacto próximo con alguna persona que presente dicha sintomatología, deberá abstenerse de realizar cualquier práctica deportiva, permanecer aislado en su domicilio, contactar con su centro de salud y seguir las instrucciones que le indiquen desde el mismo. Además, si el deportista realiza su práctica deportiva en el seno de alguna entidad deportiva u otra organización, deberá mantener informados a los responsables de la entidad, de su situación y de las recomendaciones que reciba de su centro de salud, para que la entidad actúe de forma coordinada con dichas recomendaciones.
3. El/la **deportista diagnosticado de COVID-19** deberá abstenerse de realizar cualquier práctica deportiva, permanecer aislado en su domicilio, contactar con su centro de salud y seguir en todo momento las instrucciones que le indiquen. Asimismo, el/la deportista deberá colaborar activamente con el rastreo de posibles contactos, facilitando a las autoridades sanitarias y a la entidad deportiva pertinente, si su actividad la realiza en el seno de alguna entidad, los datos de dichos contactos que podrían estar potencialmente infectados. Una vez superada la enfermedad y antes de reiniciar la práctica deportiva, dado que el COVID-19 puede producir secuelas que se agravan con el ejercicio, se recomienda que el/la deportista se someta a un reconocimiento médico deportivo que descarte dichas secuelas y le garantice una práctica deportiva saludable.





8. Bibliografía y Referencias.

Desinfección de superficies y espacios para la prevención del Coronavirus en la Comunidad Autónoma de Andalucía. Junta de Andalucía - Consejería de Salud y Familias – Dir. Gral. Salud Pública y Ordenación Farmacéutica. (Documento Técnico, 19.03.2020)

https://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/200320_ProcedimientoLD_Coronavirus_AND.pdf

Guía de Buenas Prácticas en los Centros de Trabajo – Medidas para la prevención de contagios de la COVID-19. Ministerio de Sanidad. 2020

<https://www.lamoncloa.gob.es/serviciosdeprensa/notasprensa/presidencia/Documents/2020/GUIACENTROSTRABAJOCVID19b.pdf>

Infection prevention and control during health care. Coronavirus disease (COVID-19) advice for the public. World Health Organization. 2020

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>

Infection prevention and control Covid-19. European Centre for Disease Prevention and Control. ECDC: Stockholm 2020.

<https://www.ecdc.europa.eu/en>

Interim Infection Prevention and Control Recommendations for Patients with Confirmed Novel Coronavirus (2019-nCoV) or Patients Under investigation for 2019-nCoV in Health care Settings. Centers for Disease Control and Prevention. CDC: Atlanta; 2020

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/hcp/infection-control.html>

ISCIII | Informe sobre la situación de COVID-19 en España

<https://covid19.isciii.es/>

Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales.

<https://www.boe.es/buscar/pdf/1995/BOE-A-1995-24292-consolidado.pdf>

OMS | Brote de enfermedad por coronavirus (COVID-19): orientaciones para el público

<https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>

Orden de 11 de septiembre, por la que se modifican la Orden de 17 de junio de 2020, por la que se aprueban medidas para el restablecimiento de la actividad docente en el sistema sanitario público de Andalucía, como consecuencia de la situación y evolución





de la pandemia por coronavirus (COVID-19), y la Orden de 19 de junio de 2020, por la que se adoptan medidas preventivas de salud pública en la Comunidad Autónoma de Andalucía, para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el coronavirus (COVID-19), una vez superado el estado de alarma, en lo relativo al ámbito del deporte.

<https://www.juntadeandalucia.es/boja/2020/556/2>

Plan para la transición hacia una nueva normalidad. Gobierno de España. 28.04.2020

<https://www.lamoncloa.gob.es/consejodeministros/resumenes/Documents/2020/PlanTransicionNuevaNormalidad.pdf>

Prevención de riesgos laborales vs. COVID-19: compendio no exhaustivo de fuentes de información. Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo. INSST 2020.

www.insst.es

Productos virucidas autorizados en España TP2 (desinfección de superficies y aérea, uso ambiental). Ministerio de Sanidad. 05.05.2020

https://www.msbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Listado_virucidas.pdf

Protocolo básico de actuación para la vuelta a los entrenamientos y reinicio de las competiciones federadas y profesionales. Consejo Superior de Deportes. 2020

<https://www.csd.gob.es/sites/default/files/media/files/2020-05/CSD.%20GTID.%20Protocolo%20sanitario%20para%20el%20deporte..pdf>

Protocolo de actuación para la vuelta de competiciones oficiales de ámbito estatal y carácter no profesional(Temporada 2020-2021)

https://www.csd.gob.es/sites/default/files/media/files/2020-09/CSD_PROTOCOLO%20VUELTA%20COAE_FINAL.pdf

Real Decreto 1591/2009, de 16 de octubre, por el que se regulan los productos sanitarios.

<https://www.boe.es/boe/dias/2009/11/06/pdfs/BOE-A-2009-17606.pdf>

Real Decreto 664/1997, de 12 de mayo, sobre la protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos durante el trabajo.

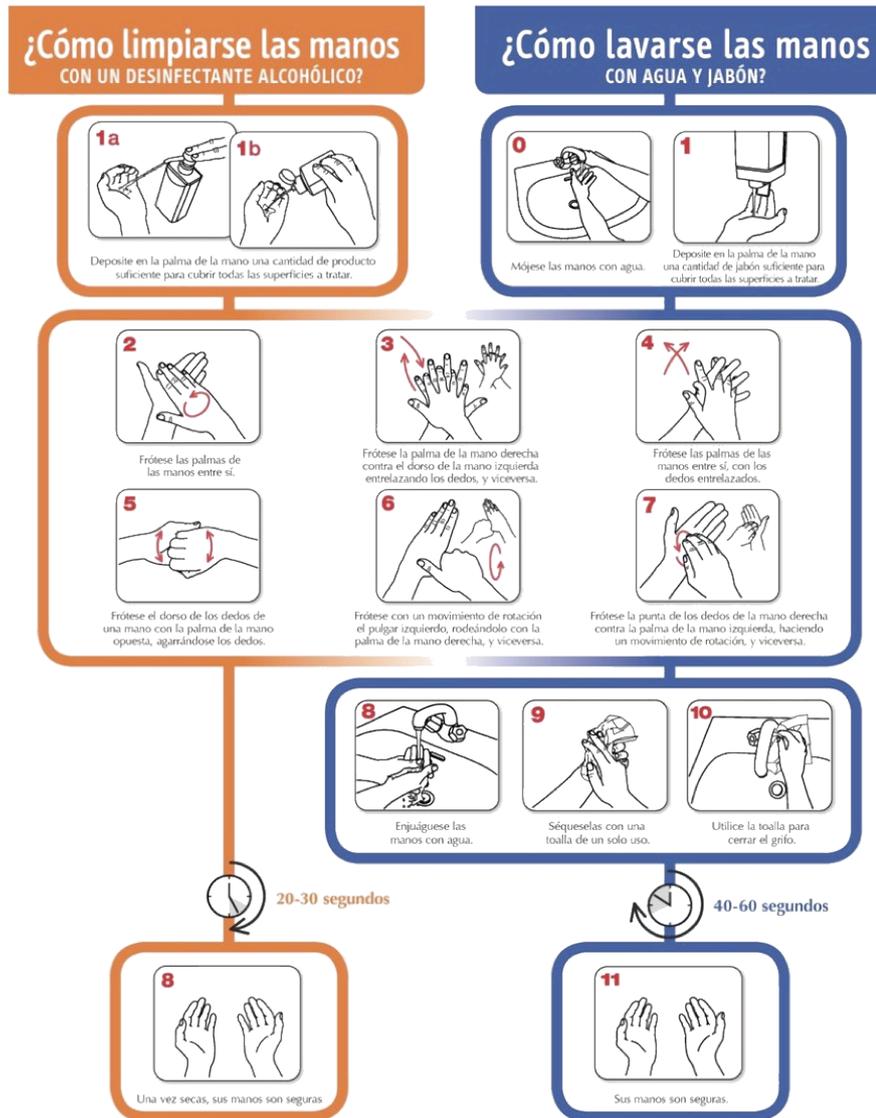
<https://www.boe.es/buscar/pdf/1997/BOE-A-1997-11144-consolidado.pdf>



Anexo I. Lavado de manos



Figura 1. Técnica de higiene de manos con agua y jabón y antiseptia con preparados de base alcohólica



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 activa en la redacción de este material. Octubre de 2006, versión 1

Organización
Mundial de la Salud

La Organización Mundial de la Salud ha tomado todas las precauciones razonables para comprobar la información contenida en este documento. Sin embargo, el material publicado se distribuye sin 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 podrá ser considerada responsable de los daños que pudiere ocasionar su utilización.

Anexo II. Como protegerse del Covid-19

¿Qué puedo hacer para protegerme del nuevo coronavirus y otros virus respiratorios?



Lávate las manos frecuentemente y meticulosamente



Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan su transmisión



Al toser o estornudar, **cúbrete la boca y la nariz con el codo flexionado**



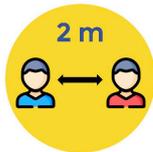
Utiliza mascarilla higiénica cuando no sea posible mantener la distancia de seguridad o en el transporte público



Limpia con regularidad las superficies que más se tocan



Usa pañuelos desechables para eliminar secreciones respiratorias y tíralos tras su uso



Mantén **2 metros de distancia** entre personas



Si presentas síntomas, aíslate en tu habitación y consulta cómo actuar en la web del Ministerio de Sanidad

6 mayo 2020

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

**#ESTE VIRUS
LO PARAMOS UNIDOS**



Anexo III. Forma correcta de toser y estornudar.



Forma correcta de toser y estornudar



Ministerio
de **Salud**
Costa Rica



CUBRA SU BOCA Y NARIZ
CON LA PARTE SUPERIOR DEL
BRAZO, HACIENDO UN SELLO
PARA EVITAR SALIDA
DE GOTITAS DE SALIVA



O CÚBRASE
CON UN PAÑUELO
DESECHABLE



DEPOSITE EL PAÑUELO
EN EL BASURERO,
NO LO LANCE
AL MEDIO AMBIENTE



NUNCA SE TOQUE LA CARA
SI NO SE HA LAVADO
LAS MANOS
CON AGUA Y JABÓN

¡DETENGA EL CONTAGIO!

Anexo IV. Desinfección de superficies.

ESTÁ EN TUS MANOS

Desinfecte diariamente las superficies que se tocan con frecuencia



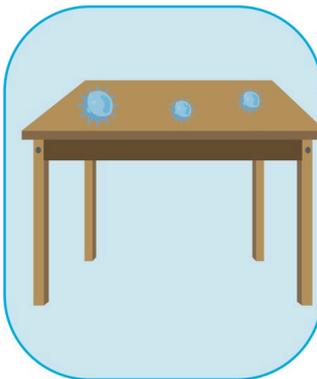
TELÉFONO CELULAR
CONTROL REMOTO
TABLETAS, TECLADOS



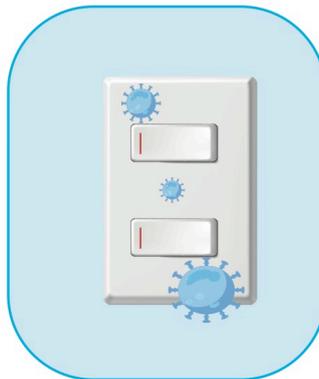
EL INODORO,
SUPERFICIES DEL BAÑO,
LAVAMANOS, GRIFOS



PERILLAS DE PUERTAS,
PICAPORTES, LLAVES



MUEBLES DE MADERA
O PLÁSTICO



INTERRUPTORES

Anexo V. Correcto uso mascarilla.

CONSEJOS PARA EL CORRECTO
USO DE MASCARILLAS EN LA POBLACIÓN

CÓMO COLOCAR Y RETIRAR UNA MASCARILLA HIGIÉNICA O QUIRÚRGICA

<div style="text-align: center; margin-bottom: 10px;"> 1 </div> <p style="font-size: 0.8em; margin: 0;">ANTES DE PONERSE LA MASCARILLA, DEBEMOS HACER UNA BUENA HIGIENE DE MANOS CON AGUA Y JABÓN O SOLUCIÓN HIDROALCOHÓLICA (40 - 60 SEGUNDOS).</p>	<div style="text-align: center; margin-bottom: 10px;"> 6 </div> <p style="font-size: 0.8em; margin: 0;">UNA VEZ COLOCADA, EVITE TOCAR SU MASCARILLA CON LAS MANOS.</p>
<div style="text-align: center; margin-bottom: 10px;"> 2 </div> <p style="font-size: 0.8em; margin: 0;">ASEGÚRESE DE QUE LA MASCARILLA NO ESTÁ ROTA O DAÑADA Y CÓJALA SIEMPRE POR LOS EXTREMOS.</p>	<div style="text-align: center; margin-bottom: 10px;"> 7 </div> <p style="font-size: 0.8em; margin: 0;">SI LE MOLESTA Y DEBE RECOLOCARLA, REALICE UNA CORRECTA HIGIENE DE MANOS ANTES Y DESPUÉS.</p>
<div style="text-align: center; margin-bottom: 10px;"> 3 </div> <p style="font-size: 0.8em; margin: 0;">COMPRUEBE CUÁL ES EL EXTERIOR Y EL INTERIOR ANTES DE COLOCARLA.</p>	<div style="text-align: center; margin-bottom: 10px;"> 8 </div> <p style="font-size: 0.8em; margin: 0;">PARA RETIRARLA, UTILICE LA GOMA DE SUJECIÓN DE CADA LADO DESLIZANDO DESDE ATRÁS HACIA ADELANTE O, EN SU CASO, DESHACIENDO LAS LAZADAS. NUNCA RETIRAR LA MASCARILLA COGIENDO LA PARTE DELANTERA.</p>

Anexo VI. Recomendaciones a trabajadores

Vigilar la aparición de síntomas

Evitar al máximo el contacto con personas vulnerables

Quitarse los zapatos al llegar y dejar bolso, llaves y cartera en una caja en la entrada

Evitar tocar superficies y objetos hasta realizar higiene de manos y, si es posible, ducharse al llegar a casa

Limpiar el móvil y las gafas con toallita con agua y jabón o alcohol de 70°

Limpiar con lejía diluida (20cc por cada litro de agua) las superficies de otros objetos que se traigan del trabajo

RECOMENDACIONES PARA LOS TRABAJADORES ESENCIALES AL VOLVER A CASA (COVID-19)

ORGANIZACIÓN COLEGIAL DE ENFERMERÍA

Evitar compartir objetos de uso personal y limitar la exposición de fluidos corporales con el resto de los habitantes

Limpiar con frecuencia superficies de las zonas comunes que más se tocan como interruptores, grifos, nevera, microondas, lavadora o muebles

Lavar la vajilla y la ropa con agua caliente a partir de 60°

Desinfectar con frecuencia objetos que puedan estar contaminados como mandos a distancia, teclados, tablets, teléfonos, pomos de puertas e interruptores

RECUERDA:

EXTREMA LA HIGIENE DE MANOS

VENTILA LAS ÁREAS COMUNES

GRÁFICO: ANSEL M.G. www.fnaae.com www.aikikai.es

21



Anexo VII. Estaciones de desescalada

1ª ESTACIÓN: Práctica al aire libre

(En los tiempos establecidos por la autoridad delegada: Fase 0-1)

En esta estación la práctica consistirá en un trabajo al aire libre. El aikido aikikai dispone de un trabajo que se puede llevar a cabo de forma individual y en solitario; trabajo de acondicionamiento físico (aiki taiso), trabajo con armas de madera (bokken y jo), desplazamientos específicos y ejercicios respiratorios entre otros.

Este trabajo se realizaría siempre cumpliendo las indicaciones horarias y de distanciamiento e higiene (uso de mascarillas y geles hidroalcohólicos), establecido por la autoridad sanitaria nacional, autonómica y local.

2ª ESTACIÓN: Práctica en solitario

(En los tiempos establecidos por la autoridad delegada Fase 2-3)

En esta estación se llevará a cabo un trabajo dentro de las instalaciones, realizando el mismo trabajo que en la estación anterior (Aiki taiso (ejercicios de calentamiento y acondicionamiento físico en solitario), trabajo individual de golpeo y de desplazamientos, trabajo con Bokken (espada de madera) y dependiendo del espacio también trabajo con Jo (palo largo), ejercicios respiratorios y meditativos.

Todo el trabajo se realizará de forma individual y para ello cada individuo contará con un espacio mínimo de 4 m², equivalente a dos planchas de tatami de 2x1 m, o 4 planchas 1x1 m, para la realización de sus ejercicios y el sensei (profesor) dirigirá la clase con su correspondiente espacio de protección de 4m², situándose en el frontal del grupo y no aproximándose a los alumnos/as.

Se mantendrán todas las medidas organizativas e higiénico-sanitarias por parte de los artistas marciales y por parte de los responsables del dojo o sala de práctica.





3ª ESTACIÓN: Práctica en parejas

(En los tiempos establecidos por la Autoridad Delegada. Nueva normalidad I).

Se comenzará el trabajo específico de Aikido Aikikai de armas con contacto entre las mismas, en ningún caso con contacto físico, llevando a cabo intercambio técnico entre la pareja. Durante toda la práctica se mantendrá la distancia de seguridad (1,5m) y el aforo será del 50% del local.

- Se mantendrán todas las medidas organizativas e higiénico-sanitarias por parte de los artistas marciales y por parte de los responsables del dojo o sala de práctica.
- La práctica se realizará fijando previamente las parejas, que no cambiarán en toda la práctica. De manera que ahora además de quedar un grupo asignado a una hora concreta, las parejas también quedarán asignadas.

4ª ESTACIÓN: Práctica en parejas II

(En los tiempos y fechas establecidos por la Autoridad Delegada. Nueva normalidad II):

Se comenzará el trabajo específico de Aikido Aikikai, de manos libres por parejas siguiendo las medidas de seguridad y sanitarias acordes a las fijadas por la autoridad delegada. El aforo en esta estación será del 65% del local y siempre menos de 25 personas por grupo.

La práctica se realizará fijando previamente las parejas, que no cambiarán en toda la práctica. De manera que ahora además de quedar un grupo asignado a una hora concreta, las parejas también quedarán asignadas.

Se continúa manteniendo la limitación de territorialidad, siguiendo las indicaciones de la autoridad competente.

Se mantienen las siguientes medidas de seguridad sanitarias, por parte de los practicantes:

- Control de temperatura corporal por debajo de 37 grados.
- Utilización de mascarillas en todo momento.
- Higiene exhaustiva de manos y brazos con geles hidroalcohólicos a la entrada y a la salida.
- Los protocolos de seguridad sanitaria y limpieza por parte de los responsables del Dojo o sala seguirán siendo los mismos.





5ª ESTACIÓN: Práctica “normal”

(En los tiempos y fechas establecidos por la Autoridad Delegada. Nueva normalidad III):

Es el tiempo de ir combinando las parejas de cada turno de práctica y paulatinamente, ir cambiando los miembros de las parejas, manteniendo las medidas de seguridad sanitarias de las estaciones 2ª, 3ª y 4ª, y en todo caso aquellas acordes a las establecidas por la autoridad sanitaria.

De acuerdo con las especificaciones de las autoridades nacionales, autonómicas y locales podrán empezar a producirse los entrenamientos en localidades contiguas y comenzarán a poder desarrollarse seminarios (cursos de formación) fuera de la provincia.

Se continuarán las medidas de seguridad sanitarias, por parte de los practicantes:

- Control de temperatura corporal por debajo de 37 grados.
- Utilización de mascarillas, en todo momento.
- Higiene exhaustiva de manos y brazos con geles hidroalcohólicos.





Anexo VII. Protocolo de Contingencia ante personas con Síntomas

Ante la detección de una persona con síntomas Covid-19 participando en la actividad organizada se seguirán los siguientes pasos.

1. Se seguirán las medidas que indique el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales o en su caso la autoridad sanitaria.
2. Protocolo de notificación (teléfono, datos del lugar) y derivación ante la sospecha de un caso (información a transmitir, rastreo del grupo de personas con posible contagio, etc.). Para estos casos se podrá hacer uso de la información recabada en la inscripción con el formulario de localización.
3. Se contactará con el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales y en su caso con las Autoridades sanitarias a través del Centro de Salud correspondiente o del teléfono COVID-19 para la Comunidad Autónoma.
4. Aislamiento de la persona afectada: indicar el espacio o local donde permanecerá hasta su traslado asegurando medidas básicas como una buena ventilación del espacio, el uso de EPIs, gestión de residuos, etc.
5. Identificación preliminar de contactos: a través de los datos de registros diarios e incidencias, formularios de localización, clasificaciones, etc., se podrá realizar una identificación de posibles contactos de la persona con síntomas.
6. Protocolo de actuación en caso de suspensión de la actividad o cierre de la sede por parte de la autoridad sanitaria.
7. Si el centro dispone de residencia con pernocta, prever actuaciones a seguir con los casos sospechosos o confirmados.





Anexo VIII. Declaración Responsable

DECLARACIÓN RESPONSABLE ASUMIENDO LA VOLUNTARIEDAD DE LA PRÁCTICA

Nombre y apellidos:

DNI:

Dirección habitual:

Dirección temporal (si procede):

Número de teléfono:

Correo electrónico:

La persona arriba identificada, por la presente **RESPONSABLEMENTE DECLARA SER CONOCEDORA** de cuanta información abajo se detalla y de **SU MANIFIESTA VOLUNTAD DE CUMPLIR** con los condicionantes actuales o futuras que se establezcan para la práctica segura por las autoridades sanitarias, responsable de la instalación y/o el organizador de la actividad deportiva.

La crisis sanitaria del COVID-19 hace necesaria la adopción de una serie de medidas tendentes 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 que se desarrollen bajo la dirección de (nombre del club/dojo) y para el uso de las instalaciones deportivas en las que se desarrollen.

Como participante en el evento deportivo o actividad **declara y manifiesta:**

1. Que es conocedor de las medidas de seguridad propuestas por (nombre del club/dojo) con ocasión de la crisis sanitaria del COVID-19.
2. Que se compromete a cumplir las directrices o seguir las recomendaciones que se contengan para el evento, así como las instrucciones que sean dadas por las autoridades deportivas o personal de organización presentes en la actividad en relación con las medidas para evitar contagios por COVID-19.
3. 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 y/o tuviese una temperatura superior a 37.5°. Ello resultará extensivo, igualmente, a los casos en los que los síntomas fuesen sufridos por terceros con los que la persona participante tenga o haya tenido un contacto del que objetivamente pudiera derivarse un contagio.





4. Que, caso de tener conocimiento de estar afectado por el virus del COVID-19, se compromete a no acudir ni tomar parte en la actividad 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.
5. 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 COVID-19.
6. 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.
7. Que **acepta que el (*nombre del club/dojo*) adopte las medidas que se indican en su protocolo que tiene publicado y que declara haber recibido y leído**, en aras a establecer un razonable escenario de seguridad en la actividad. En tal sentido, se hace constar que el (*nombre del club/dojo*), en el curso de la actividad, podrá adoptar las medidas o decisiones que sean precisas en relación con el establecimiento o aplicación de las medidas que se contienen en este documento 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 a (*nombre del club/dojo*) y al titular y concesionario de la instalación deportiva, 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 de (*nombre del club/dojo*) con el objetivo de preservar la salud de las personas en el curso de la actividad, no se podrán considerar incumplidas las obligaciones esenciales contraídas por este, 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/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 para evitar contagios por COVID-19, **podrá ser objeto de exclusión de la actividad o evento** por decisión del coordinador COVID de (*nombre del club/dojo*) 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 y/o asociativos) 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.





Protocolo Actuación Vuelta a la Práctica del Aikido Aikikai en los Dojos - FNAAE



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: _____ Fecha: _____

EL DEPORTISTA O TUTOR (en caso de menores de edad)



Anexo IX. Formulario Localización Personal

A ser completado por todos los participantes en el evento.

Nombre tal como aparecen en el Pasaporte u otro Documento de Identidad:

Dirección durante la competición (calle/apartamento/ciudad/número postal/país):

Número de teléfono:

Correo electrónico:

Ciudades (País/es) que visitaste o donde estuviste en los últimos 14 días:

En los últimos 14 días:

Nº	Preguntas	SI	NO
1	¿Tuvo contacto cercano con alguien diagnosticado con la enfermedad COVID-19?		
2	¿Proporcionó atención directa a pacientes de COVID-19?		
3	¿Visitó o permaneció en un ambiente cerrado con algún paciente con la enfermedad COVID-19?		
4	¿Trabajó/estudió de forma cercana o compartiendo el mismo ambiente laboral o de clase con pacientes de COVID-19?		
5	¿Ha viajado con un paciente COVID-19 en cualquier medio de transporte?		
6	¿Ha vivido en la misma casa que un paciente COVID-19?		

En el caso de responder «sí» a uno o más apartados, por favor detalle datos sobre el lugar y el momento del contacto:

Nº	Lugar	Descripción

* La persona que firma el cuestionario da su autorización a la organización para facilitar la información contenida en el mismo a las autoridades locales de Salud Pública para permitir un rápido rastreo de contactos si un participante en el evento sufre la enfermedad COVID-19 o llegó en contacto con un caso confirmado.

Fdo. EL DEPORTISTA O TUTOR

Ena de de 20