



Nota informativa

12 de juny del 2020

MESURES EXCEPCIONALS PER FER FRONT A LA INFECCIÓ PEL NOU CORONAVIRUS (SARS-CoV-2) I RECOMANACIONS ORGANITZATIVES PER ALS CENTRES I EQUIPAMENTS ESPORTIUS

Destinatari: centres i equipaments esportius

De forma addicional a les mesures recollides als decrets i avisos que el Govern publica periòdicament al *Butlletí Oficial del Principat d'Andorra* (BOPA), es creu convenient establir recomanacions organitzatives i de neteja per minimitzar al màxim la propagació del virus.

L'objectiu de l'obertura ordenada i progressiva de l'activitat esportiva és minimitzar el risc de transmissió de la infecció per SARS-CoV-2 i, alhora, mitigar l'impacte negatiu sobre el teixit esportiu. No es tracta, doncs, d'un retorn a les condicions que precedien l'emergència sanitària, sinó d'instaurar uns procediments de treball que han de permetre seguir evitant la propagació del virus.

1. Mesures organitzatives

- Els esportistes i el personal relacionat que es troben afectats per la COVID-19, que tenen simptomatologia o que es troben aïllats perquè són contactes d'una persona malalta no poden dur a terme les activitats esportives fora del seu domicili ni a les instal·lacions esportives.

- Cal que els esportistes i el personal vinculat coneguin i segueixin les indicacions i les recomanacions de prevenció i seguretat indicades.
- Es recomana l'assistència amb reserva prèvia
- Tant els esportistes com el personal vinculat han de respectar la distància interpersonal mínima d'1,5 metres.
- Cal limitar l'accés a la zona de graderies tenint en compte la distància interpersonal establerta.
- Eviteu l'ús dels vestidors i les dutxes. Quan no sigui possible i en cas de fer-los servir, cal respectar la distància de seguretat d'1,5 metres i intensificar la freqüència de neteja.
- En relació amb les saunes i els banys de vapor, s'aconsella mantenir els espais tancats fins que ho indiqui l'òrgan competent
- Per al personal vulnerable o de risc, si és necessari, caldrà dur a terme les adaptacions necessàries del lloc de treball.

2. Mesures de protecció i seguretat

- En les instal·lacions esportives es recomana instal·lar barreres de separació física (per exemple, mampares plàstiques als taulells de recepció) o marques de distanciament al terra per indicar la separació entre els usuaris i entre els usuaris i els treballadors.
- Cal instal·lar cartells informatius sobre les mesures sanitàries que cal respectar.
- És recomanat l'ús de mascareta tant per als esportistes com per al personal vinculat, sempre que no sigui possible respectar la distància d'1,5 metres.
- Cal disposar de gel hidroalcohòlic o tovalloletes desinfectants als accessos de les instal·lacions, a cada un dels llocs de treball (inclòs el taulell d'atenció al públic), als accessos a les diferents sales d'entrenament, zones comunes i als lavabos.
- S'ha de garantir la ventilació adequada dels locals, natural o general forçada, com a mínim durant deu minuts tres cops al dia.
- S'han d'anul·lar els sistemes de control d'accés amb empremta dactilar
- Cal facilitar els accessos als espais, si pot ser amb sistemes d'obertura mecànics o deixant les portes obertes quan sigui possible, de forma que s'utilitzin les manetes el mínim possible.
- Cal assegurar que a tots els lavabos hi hagi sabó, mocadors o tovalloles de paper. Es recomana establir la màxima freqüència en la neteja i desinfecció dels lavabos. S'habilitaran lavabos diferents per a esportistes i personal de les instal·lacions.
- Cal evitar compartir material que entra en contacte amb les mans (material esportiu, material d'oficina, equips informàtics, telèfons, etc.). Quan això no sigui

possible es desinfectarà el material després de cada utilització per cada persona.

- En les sales d'entrenament:
 - Cal respectar la distància de seguretat ja sigui separant les màquines d'entrenament o alternant-ne l'ús.
 - Cal limitar l'ús dels materials que entren en contacte amb l'esportista i que no es poden desinfectar correctament (per exemple, les estores) a un sol esportista.
 - Cal que hi hagi disponibles polvoritzadors amb solució desinfectant i paper d'un sol ús per poder desinfectar els equipaments abans i després de cada ús.
- La neteja i desinfecció cal que sigui exhaustiva i com a mínim dos cops al dia (vegeu l'annex Neteja i desinfecció).
- Els espais d'atenció al públic i les sales d'entrenament cal netejar-los amb freqüència, especialment les zones de contacte amb les persones.
- Cal establir un pla de neteja i desinfecció que determini els productes que s'han d'utilitzar, les superfícies i els espais que s'han de netejar i la periodicitat. Cal dur a terme registres de la neteja.

ANNEX: NETEJA I DESINFECCIÓ

- Cal netejar i desinfectar periòdicament els elements i utensilis utilitzats en la neteja i desinfecció (baïetes, pals de fregar, guants).
- Netegeu el terra sovint amb aigua i sabó o amb els productes habituals. Després, desinfecteu-lo amb lleixiu diluït a 1/50 (la quantitat de lleixiu equivalent a un got d'aigua de 200 ml per a una galleda amb deu litres d'aigua).
- Aquesta neteja i desinfecció cal que sigui més exhaustiva i freqüent als espais més utilitzats.
- De forma general es recomana la neteja i desinfecció com a mínim dos cops al dia.

La neteja es pot fer amb aigua i sabó o amb els detergents d'ús habitual en l'àmbit domèstic, que s'hauran d'aplicar en la concentració i les condicions d'ús que indiqui l'etiqueta de cada producte. Per a la desinfecció podeu utilitzar:

- Lleixiu: es recomana fer una dilució barrejant 20 ml de lleixiu en 1 litre d'aigua. Aquesta solució s'ha de preparar diàriament i s'ha de deixar actuar durant uns minuts.
- Alcohol etílic d'entre el 62% i el 71%: es pot obtenir a partir de l'alcohol etílic habitual, barrejant 70 ml d'alcohol amb 30 ml aigua.
- Peròxid d'hidrogen al 0,5%: es pot obtenir diluint l'aigua oxigenada habitual, barrejant una part d'aigua oxigenada i cinc parts d'aigua.

- Es poden utilitzar també altres productes desinfectants que tinguin una finalitat viricida (que neutralitza un virus).

Zones d'actuació i objectes als quals cal prestar una atenció especial

La neteja i desinfecció ha de ser freqüent en totes les zones de l'establiment. Les zones i punts on cal intensificar la neteja i desinfecció són els següents:

- Interruptors i timbres, botoneres dels ascensors.
- Manetes i poms de portes, d'armaris i arxivadors.
- Baranes i passamans.
- Graderies: quan s'hi permeti l'accés.
- Taulells, taules, expositors i cadires.
- Ordinadors, sobretot teclats i ratolins.
- Telèfons.
- Material d'oficina.
- Aixetes i lavabos.
- Vestidors (bancs i taquilles): quan s'hi permeti l'accés.
- Dutexes: quan s'hi permeti l'accés.
- Equipament esportiu: màquines, barres de musculació, pesos, pilotes, etc.