



Federación Madrileña de Lucha



NORMAS SELECCIÓN COMUNIDAD DE MADRID PARA LOS CAMPEONATOS DE ESPAÑA JUNIOR Y SUB-23 DE LUCHAS OLÍMPICAS Y CAMPEONATO DE ESPAÑA SENIOR DE SAMBO

Las recomendaciones aportadas en este documento, no exime en ningún caso del estricto cumplimiento de las medidas establecidas por las autoridades competentes en las actividades deportivas y competitivas.

La vuelta a la actividad competitiva, implica necesariamente que la conducta de todas las personas involucradas en una competición, incluidos los participantes, no podrá ser igual a las pautas de conductas anteriores a la pandemia.

Para ello la FML dentro de los principios de **prudencia, responsabilidad y compromiso cívico** que están alineados con las medidas de obligado cumplimiento establecidas en este momento por el estado de alarma quiere establecer las condiciones para la participación en los Campeonatos de España.

Desde la FML se ha valorado la participación tras poder comprobar que están dotados estos Campeonatos de España de todas las medidas de seguridad para evitar posibles contagios y propagación del virus, tanto a los deportistas, como los árbitros, entrenadores y delegados federativos.

Estas normas son un documento vivo, que se irá adaptando a las sucesivas órdenes ministeriales u otras normas, instrucciones y recomendaciones específicas que puedan emitir el Ministerio de Sanidad y el resto de las autoridades competentes.

Se apela, por tanto, a la **responsabilidad individual** de cada uno de los participantes y personas involucradas, siendo estos los únicos responsables del cumplimiento del protocolo, declinando la FML cualquier tipo de responsabilidad derivada de un uso incorrecto de las indicaciones contenidas en éste.

El principal objetivo de la FML es priorizar la protección de la salud y la seguridad de todos los deportistas, entrenadores, jueces y personal de la organización.

Dentro de estas pautas se podrán encontrar puntos que pueden aplicarse a cualquier competición o evento y siguiendo de forma estricta todas las medidas y recomendaciones de las autoridades sanitarias, y siempre que las autoridades de la Comunidad de Madrid lo consideren apropiado.

Garantía.
MADRID



**ESTAMOS
PREPARADOS**
CERTIFICADO DE COMPROMISO CONTRA EL COVID-19





CONSIDERACIONES GENERALES

El período de transición de esta segunda ola se presume largo y se requerirá que implementen todas las medidas posibles para que se cumplan todas las directrices de distanciamiento social, protección e higiene exigidas.

Se está trabajando en todo momento en estrecha colaboración con las autoridades de la CM para tomar las decisiones más oportunas, acordes a los niveles de riesgo y seguridad que ofrece cada competición o evento deportivo.

La FML considera que durante la evolución de la segunda ola, la protección efectiva de la salud y la seguridad de los deportistas debe seguir siendo una prioridad.

Por ese motivo, la FML debe asegurarse de que todos los deportistas y resto de participantes estén cubiertos por medidas adecuadas para proteger su salud y que tengan acceso a atención médica inmediata mientras están participando.

Objetivos concretos del documento

Informar y asistir a deportistas, entrenadores y resto de personas relacionadas con el Campeonato las medidas recomendadas que, llevadas a cabo, permitan la vuelta a la competición, para que adopten las medidas adecuadas que minimicen las posibilidades de infección por COVID-19.

Recomendaciones Generales

1. Los deportistas, entrenadores, árbitros y resto de personal han de mantener las pautas estrictas de aseo personal, conducta y cuidado para evitar contagios.
2. La obligatoriedad del uso de mascarilla en todo momento hasta el inicio de entrada en el tapiz.
3. Las personas diagnosticadas por COVID-19, aun asintomáticos, que no hayan superado la enfermedad y no cuenten con el alta médica, no podrán participar.
4. Separación física (2 m.) de deportistas, entrenadores, árbitros, y personal.
5. Es obligatorio que todos los participantes conozcan los protocolos, medidas de prevención y control y dónde encontrar más información.
6. Para cualquier persona con historiales sanitarios de riesgo se les recomienda extremar las medidas preventivas o incluso no participar.
7. Se recomienda que todos realicen una vigilancia activa de síntomas y lleven a cabo un registro de la temperatura corporal dos veces al día, mañana y noche.





Federación Madrileña de Lucha



8. Ante cualquier síntoma, sospecha, o haber estado en contacto con personas infectadas o bajo sospecha, se debe evitar cualquier actividad, poniéndose en contacto con los servicios sanitarios y seguir todas sus indicaciones.
9. Se recuerda el uso obligatorio de mascarillas. Se debe retirar solo antes de entrar al tapiz y se debe poner nada más salir del mismo.
10. Antes y después de los entrenamientos y las competiciones es muy importante lavarse las manos con agua y jabón o gel hidro-alcohólico.
11. Llevar gel hidro-alcohólico, y productos para la limpieza y desinfección del material que se ha utilizado.
12. Los deportistas han de responsabilizarse individualmente de portar mascarilla, una bolsa de desinfección que incluya toalla, gel hidro-alcohólico, etc.
13. Se insiste en una hidratación más frecuente. Botellas de uso individual y personalizado.
14. Se debe evitar el uso de vestuarios y aseos comunes (utilizar los de su habitación en el Hotel).
15. Se recomienda lavar toda la ropa utilizada en el propio hotel a 60° como mínimo, evitando sacudirla.
16. Desinfectar el calzado utilizado antes de entrar al tapiz y las botas.
17. Se debe evitar que las mochilas o bolsas de deporte puedan estar en contacto con superficies no desinfectadas, si se produjese este contacto, lavarlas en la lavadora a un mínimo de 60°.
18. Los deportistas no deben compartir material (mallas, toallas, etc.) en caso de ser así, han de ser desinfectados previamente.
19. Los deportistas no compartirán bebidas, alimentos, linimentos u otros productos, incluidos los sanitarios o de primeros auxilios. Han de utilizar botellas de uso individual.
20. Se han de respetar en todo momento los horarios y espacios de entrenamiento, calentamiento y/o competición asignados para cada categoría.
21. Durante la actividad se mantendrán en todo momento las distancias de seguridad establecidas por las autoridades sanitarias.
22. Dentro de lo posible se priorizará el entrenamiento y las fases de calentamiento pre-competición al aire libre y en espacios abiertos y manteniendo una distancia mínima de separación de 2 m.





Responsabilidad individual

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

1. Los participantes deben tratar de mantener al menos 2 m.de distancia con otras personas.
2. Lavado frecuente de manos con jabón y agua caliente durante 40-60" o con base de alcohol (en al menos 65-70%) frotar las manos durante 30-40".
3. 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).
4. Evite dar la mano o abrazarse.
5. Evitar el uso de salas de vapor o sauna.
6. Evite tocarse la boca, la nariz o los ojos.
7. Cualquier persona que se sienta mal (es decir, fiebre, tos, etc...) debe quedarse en casa y mantenerse alejado hasta que se resuelvan los síntomas.
8. En caso de síntomas sugestivos de enfermedad respiratoria antes, durante o después del viaje, se recomienda que soliciten atención médica.
9. Es importante que cada deportista, entrenador y resto de equipo conozca las indicaciones y recomendaciones de los Protocolos de la FML.

Recursos materiales

La FML solo es responsable de proporcionar mascarillas a su personal junto con una cantidad de contingencia para necesidades médicas. Todos los demás participantes y personas acreditadas deben traer su propio equipo.

Reducción de riesgos

1. Reducir el número de personas expuestas. Por este motivo se ha reducido al máximo el número de deportistas participantes, esperando que podamos, en breve, volver a la participación que teníamos antes de la pandemia.
2. Realización de test obligatorios a toda la expedición. Identificar posibles personas portadoras para tomar las medidas pertinentes.
3. Tomar las medidas de prevención adecuadas.
4. Establecer las medidas de higiene que eviten o dificulten la dispersión del virus.





Medidas preventivas

1. Se debe designar un responsable de la organización que asegure que las medidas preventivas se implementan durante la competición.
2. Los Entrenadores de la FML (independientemente de su modalidad) serán responsables del obligado cumplimiento a toda la expedición.

CONTROLES DE SALUD

Medidas generales de control

1. Los deportistas deben controlar su estado de salud de manera continua (incluyendo tomar su temperatura y controlar cualquier síntoma) desde 7 días antes y durante la competición y una semana después.
2. Se recomienda que el entrenador de cada deportista que vaya a participar en el Campeonato, controle diariamente el estado de salud de sus deportistas.
3. Se van a realizar controles de salud previos al viaje y previos a la competición para todos los deportistas inscritos y el personal de la organización a fin de garantizar la identificación de aquellas personas con riesgos adicionales.

NO PODRÁ PARTICIPAR NADIE QUE NO REALICE ESTE CONTROL EL PRÓXIMO MIÉRCOLES 15 DE OCTUBRE (CIUDAD ESCOLAR)

DISPOSICIONES Y MEDIDAS SANITARIAS

1. La expedición dispondrá de termómetros infrarrojos para verificar todas las temperaturas de la expedición.

COMUNICACIÓN Y CONCIENCIACIÓN

Es importante que se comunique previamente a todo el personal de la organización, árbitros, entrenadores y participantes todas las disposiciones vigentes a través de los canales de comunicación habituales de la FML.

FASES EN LA PARTICIPACIÓN EN EL CAMPEONATO DE ESPAÑA

La autorización final para poder participar en un Campeonato de España corresponde a las autoridades competentes de la CM, así como establecer el número de participantes en cada competición. Para ello se deberán considerar todas las medidas de obligado cumplimiento establecidas en cada momento.





FASE I: PRE-COMPETICIÓN

1. La web de la FML muestra la información acerca del protocolo COVID-19 en competición y pautas a seguir antes, durante y después de la competición.
2. La página web oficial muestra información gráfica sobre las medidas:

Higiene de manos / El manejo de la tos, no tocarse ojos, nariz y boca / El uso de mascarilla

3. Medidas de prevención a adoptar en el lugar de residencia / Hotel:
 - a. Tener desinfectante en spray.
 - b. La ropa de entrenamiento, toalla de entrenamiento y chanclas serán lavados o desinfectados todos los días.
 - c. Modo de entrar en la habitación (Tocar las zonas comunes lo mínimo posible).
 - d. Si fuera necesario, el modo de comprar.
 - e. Medidas preventivas: lavado de manos, manejo de la tos, cuidado de manos.
 - f. Consentimiento informado leído y firmado por cada competidor.
 - g. La responsabilidad de cada participante, siendo consciente de las condiciones de salud requeridas en el protocolo publicado por la FML y la FELODA.
 - h. Conocimiento y compromiso de cumplimiento del protocolo en competición publicado por la FML y la FELODA.
 - i. Compromiso de no acudir a competir en el caso de sufrir síntomas compatibles con COVID-19, extensivo, a aquellos casos en que los síntomas hayan sido sufridos por terceros con los que la persona haya estado en contacto.
 - j. Haberse realizado las pruebas que requieran las autoridades públicas competentes en ese momento para competir.
 - k. Asunción de posibles riesgos de contagio, exonerando a la FML de los posibles daños de ese contagio.
 - l. Se podrá ser requerido en cualquier momento por los Servicios Médicos de la competición con el fin de realizar una encuesta de salud COVID19.
- m. **TODOS LOS PARTICIPANTES DEBERÁN APORTAR UNA FOTOCOPIA DEL DNI EL DÍA DEL TEST PARA FACILITAR LOS DATOS AL HOTEL Y NO TENER QUE ESPERAR EN EL CHECK IN.**
- n. **SE DEBERÁ TRAER FIRMADOS TODOS LOS FORMULARIOS Y SE ENTREGARÁN LAS EQUIPACIONES EL MISMO DÍA DEL TEST.**





Transporte

1. Cumplir las medidas adoptadas por las autoridades competentes sobre el transporte público y privado.
2. **SE TOMARÁ LA TEMPERATURA DE TODA LA EXPEDICIÓN ANTES DE SUBIR AL AUTOCAR Y DESPUÉS DE CADA PARADA.**
3. Todos los pasajeros deben estar provistos de mascarillas e hidrogel individual.
4. En los puntos de subida y bajada de pasajeros se deber requerir que se mantenga la distancia mínima de 2 metros entre los pasajeros.
5. **TODOS LOS PARTICIPANTES DEBERÁN IR PROVISTOS DE SU ALIMENTACIÓN DURANTE EL TRAYECTO ESTANDO PROHIBIDO COMPARTIRLO CON OTROS COMPONENTES.**
6. En vehículos privados no hacer desplazamientos con más de tres personas (incluyendo al conductor). Proceder a la limpieza y desinfección de los vehículos de forma regular.

Alojamiento

1. Se debe certificar que las instalaciones del hotel están desinfectadas antes de la llegada de los deportistas, según Normativa de prevención COVID.
2. Medidas de seguridad (geles desinfectantes, puertas abiertas, restaurante con mesas separadas y medidas de distanciamiento entre deportistas).
3. Medidas de distancia e higiene en áreas de Acreditación o Check-in.
4. En el Campeonato se alojará en habitaciones dobles y/o individuales. Esta medida será revisable y adaptable a la normativa vigente en cada momento.
5. **ESTÁ TERMINANTEMENTE PROHIBIDO QUE EN LAS HABITACIONES PUEDAN ENTRAR (POR EL MOTIVO QUE SEA) NINGÚN OTRO COMPONENTE DE LA EXPEDICIÓN O DE OTRAS EXPEDICIONES.**
6. **SE DEBERÁN TENER LAS NECESARIAS MEDIDAS DE HIGIENE Y VENTILACIÓN EN LAS HABITACIONES.**
7. **ESTÁ TAMBIÉN PROHIBIDO SALIR DEL COMPLEJO HOSTELERO SALVO NECESIDAD Y CON EL Vº Bº DE LOS ENTRENADORES (CAUSAS DE EXCEPCIONALIDAD)**
8. **POR ESTE MOTIVO, SE DEBEN LLEVAR DESDE MADRID AQUELLA ALIMENTACIÓN Y/O BEBIDA QUE SE PUEDA NECESITAR.**
9. No es recomendable el uso de zonas comunes, gimnasios, en cualquier caso, siempre extremar las medidas y las distancias preventivas en estas zonas.





FASE II: COMPETICIÓN

Disposiciones generales

Reuniones técnicas

1. En los días previos al Campeonato, la Federación programará una sesión donde presentará la reunión técnica por videoconferencia en directo y responderá a las preguntas de los árbitros y entrenadores.
2. El organizador grabará todas las reuniones técnicas, las subirá a la web y comunicará a los deportistas inscritos los enlaces de las mismas.
3. La sesión informativa no es obligatoria para ningún atleta.

Específicamente, para los Campeonatos de España:

1. Duchas y vestuarios: no se recomienda su uso. Usar los propios de la habitación del Hotel.
2. Estar atentos y localizables ante cualquier posibilidad de cambio en los horarios del Campeonato.
3. Respetar TODAS las normas.
4. Prohibido compartir material.
5. Siempre con mascarilla, salvo en el momento del combate.
6. Uso de Zapatillas encima de las botas, para que éstas eviten el contacto salvo en el tapiz.

FASE III. POST COMPETICIÓN

1. Mantener todas las medidas de protección a la salida.
2. Mantener las distancias de protección 2 metros en la salida.
3. No relajar las medidas ni rebajar el estado de alerta en todo momento.
4. Toma de temperatura antes de salir y después de cada parada.
5. Mantener un control exhaustivo de salud la semana siguiente después de finalizar el Campeonato.

Fdo.: Ángel Luis GIMÉNEZ BRAVO
Presidente FML

