



PROTOCOLO COMPETICIÓN OFICIAL FEDERADA CONTRA EL COVID-19

EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN

Se recomienda establecer un plan de educación, comunicación y control para garantizar que las medidas de prevención sean entendidas e implementadas correctamente.

ESTÁNDARES GENERALES RECOMENDADOS

La siguiente lista de recomendaciones **establece** los estándares mínimos para la organización de competiciones de Béisbol/Softbol. Estas directrices ayudarán a mitigar el riesgo de infecciones por COVID19. Cualquier retorno a la competición e implementación de esta guía debe establecerse en conjunto con los protocolos elaborados por las autoridades locales y los responsables de cada una de las instalaciones.

- **Distanciamiento Social:**
 - **Distancia mínima de 2 metros** durante y después de la actividad física.
- **Establecimiento de normas de higiene:**
 - Lavarse con frecuencia las manos durante al menos 20 segundos.
 - Evitar tocarse ojos, nariz y boca con las manos. o Estornudar y/o toser en un pañuelo de papel o en el pliegue interno del codo. Evitar el contacto de las manos con zonas respiratorias.
 - Proporcionar recipientes cerrados para todo el material higiénico desechable en toda la instalación.

- **Dispositivos de prevención:**
 - Uso de mascarillas personales para todos los participantes.
 - Uso de viseras y otros equipos de protección para el personal médico.

- **Equipamiento:**
 - Evitar compartir dispositivos personales como teléfonos, ordenadores, tablets, etc.
 - Evitar dejar ropa/equipamiento personal en lugares comunes. Siempre guardar dentro de la bolsa personal.
 - Evitar compartir equipamiento de competición. Cada jugador deberá tener su propio bate, casco, guante, guantillas, etc.
 - Proporcionar botellas de agua personalizadas o vasos desechables. En ninguna circunstancia deberán ser compartidos.

- **Participantes:**
 - Evitar participación de población de alto riesgo (edad y salud):
 - **Serán obligatorios** los controles de temperatura antes del viaje y previo a los partidos.
 - **Obligatoria** la cumplimentación, previo a cada jornada, del FORMULARIO DE DECLARACIÓN DE ESTADO DE SALUD (**Anexo 6**). Cada equipo designará, en cada jornada, a un responsable de la recogida de los formularios de todos los miembros que vayan a participar en los partidos de la misma. No se permitirá el desplazamiento o participación de ningún miembro del equipo que no cumpla con los requisitos indicados en dicho anexo. Estos formularios serán guardados por el responsable designado por cada equipo, y solo deberán ser entregados si se diera la correspondiente orden por parte de los órganos de la RFEBs.
 - **Obligatoria** la cumplimentación de la CLÁUSULA COVID-19 DE INSCRIPCIÓN Y PARTICIPACIÓN EN COMPETICIONES DE LA RFEBs (**Anexo 5**). Este documento deberá ser adjuntado dentro de la plataforma Colixium, en la documentación complementaria de la licencia de cada deportista.
 - En caso de que cualquier miembro de un equipo tenga resultado positivo en análisis por COVID-19, se actuará conforme a las indicaciones de los protocolos de las autoridades sanitarias. Además, dicha situación deberá ser comunicada de forma obligatoria, y en la mayor brevedad posible, a la RFEBs.

PARTICIPANTES

Jugadores, Técnicos, Árbitros y Anotadores, Personal de la Instalación, etc.

- El personal médico del equipo presente en la competición deberá monitorear el estado de salud de los atletas.
- **Todas las personas deberán verificar de forma proactiva y regular su estado de salud** (incluida la toma de temperatura y el control de cualquier síntoma).
- Si se sintiera enfermo o inseguro sobre los síntomas, el participante no podrá asistir a la instalación. Tendrá que ponerse en contacto con personal médico para un chequeo adecuado.
- **Mantener al menos 1,5 metros de distancia con otras personas**; distancia que se debe ampliar inmediatamente después del ejercicio.
- Cubrirse la boca y la nariz con el pañuelo desechable o la manga (no las manos) al toser o estornudar.
- Lavado frecuente de manos por parte de los participantes utilizando jabón y agua caliente o un desinfectante para manos a base de alcohol (al menos 65-70%) durante 20 segundos.
- Evitar estrechar las manos, golpes de puño o abrazos.
- Evitar ducharse en las instalaciones del club.
- Evitar tocarse la boca, nariz u ojos.
- **Llegar a la instalación cambiado**, evitando usar los vestuarios cuando sea posible.
- Protocolo recomendado para el uso de **botellas de agua**:
 - Todos los deportistas, oficiales y personal deberán tener su propia botella de agua para prevenir la transmisión de virus y bacterias.
 - Las botellas deberán etiquetarse y lavarse después de cada entrenamiento / partido.
- Tener en cuenta la limpieza periódica de los elementos que se usan con frecuencia (por ejemplo, manillas de puertas, equipamiento de entrenamiento, etc.).

COMPETICIÓN

- **PRE-PARTIDO:**

- Únicamente **un equipo puede estar en el campo a la vez** para los ejercicios de calentamiento, práctica de bateo y práctica de cuadro. o Evitar cualquier ceremonia previa al partido (himnos, lanzamiento de honor, etc.).
- **Evitar apretones de manos**, intercambio de regalos, etc.
- Distanciamiento físico mínimo de 1 metro en la reunión de Home Plate.
- Evitar el intercambio de alineaciones en el Home Plate si fuera posible.

- **DURANTE EL PARTIDO:**

- **No masticar tabaco, semillas y/o productos similares, o escupir** en ningún momento. (**Prohibido con sanción**)
- Los jugadores no podrán humedecer los dedos con saliva. (**Prohibido con sanción**)
- **El distanciamiento físico mínimo** que se deberá mantener **en el banquillo será de 1 metro**. En caso de no haber suficiente espacio se asignará un espacio alternativo para el personal no esencial y/o jugadores suplentes o sustituidos.
- **Bolas:**
 - La preparación de las bolas (quitar el brillo) deberá ser realizada por una persona designada con guantes de goma protectores.
 - La bola en juego deberá ser retirada para una limpieza/desinfección al terminar la jugada.
 - Las personas encargadas de la limpieza de las bolas deberán utilizar guantes protectores y aplicarse desinfectante de manos en cada media entrada.
- **Bates:**
 - Los bat boys/girls, **NO** estará permitidos.
 - Si el bateador no pudiera recoger su propio bate, un representante del equipo debería recogerlo. El representante del equipo deberá aplicarse desinfectante para manos y/o lavarse las manos al finalizar la mitad de la entrada.

→ **El Bateador / Corredor:**

- El bateador tendrá que usar obligatoriamente guantillas de bateo en ambas manos, hasta que salga del terreno de juego.
- Los corredores de bases no deben hablar con los jugadores del equipo en defensa.
- El corredor que llega a base después de completar su turno al bate, no puede dar su material de protección personal (guantillas, coderas, protecciones de tobillo, etc.) a otro miembro del equipo, y tendrá que llevarlo puesto hasta su salida del terreno de juego.

→ **Relación Bateador / Receptor / Árbitro:**

- **Prohibido** el contacto físico.
- **Prohibido** que los jugadores entren en discusión entre sí.
- **Prohibido** que los jugadores entren en discusión con el árbitro, si no es después de haber obtenido el permiso del árbitro (tiempo), y colocándose a una distancia mínima de 2 metros.

→ **Las reuniones de equipo**, incluidas las visitas al lanzador, deberán mantener una **distancia física mínima de 2 metros**.

→ Los entrenadores podrán acercarse al árbitro manteniendo una distancia mínima de 2 metros.

→ Los entrenadores de bases deberán **permanecer siempre dentro del cajón** (con mascarilla tipo quirúrgico).

Si tienes que salir: recomendaciones para evitar llevar el virus a casa



Fuera de casa

- Procura no tocar superficies y cuando lo hagas **lávate bien las manos** con agua y jabón
- La limpieza adecuada y frecuente de manos es más eficaz que el **uso de guantes**
- Evita tocarte **ojos, boca o nariz**
- Mantén la distancia de seguridad de **1-2 m**
- Si usas coche, límpialo frecuentemente, sobre todo las superficies que más se tocan



Al llegar a casa

- Quitate los **zapatos** y déjalos cerca de la puerta
- **Lávate las manos** con agua y jabón
- Separa los **objetos que no necesites** en casa (llaves o cartera) y déjalos en una caja cerca de la puerta
- Desinfecta los **otros objetos que hayas usado fuera** (móvil o gafas), usa pañuelos desechables y solución alcohólica, o agua y jabón



¿Has estado en un ambiente cerrado con más personas de una manera continuada?

- Separa en una bolsa **la ropa que hayas usado**, sin sacudirla. Ciérrala y no la saques hasta volver a usarla para salir o hasta lavarla con agua caliente. Sécala bien. Lávate bien las manos después de manipularla



10 abril 2020

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

ESTE
VIRUS
LO
PARAMOS
UNIDOS



DECÁLOGO DE
RECOMENDACIONES
 PARA DEPORTISTAS PROFESIONALES Y FEDERADOS
 INCORPORACIÓN A LA NUEVA NORMALIDAD



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE CULTURA Y DEPORTE



CONSEJO COLIF
 COMISIONES DE INVESTIGACIÓN Y FORMACIÓN



CUMPLE LAS NORMAS

Llévate siempre tu acreditación, no salgas del municipio, si eres federado/a, o de la provincia, si eres profesional, y actúa con responsabilidad.

1



TEN PACIENCIA

Aunque hayas estado entrenando en tu domicilio, probablemente no se haya podido cargar el principio de especificidad. Por eso, ten paciencia con las respuestas y adaptaciones que requiere tu cuerpo para regresar al estado previo al confinamiento. El regreso a la nueva normalidad puede llegar a compararse a una pretemporada.

2



CONFÍA EN LOS AS PROFESIONALES

Tu preparador/a físico/a y tu entrenador/a están desarrollando, en coordinación con el servicio médico (si lo hubiera), la mejor planificación para que recuperes tu rendimiento anterior, al mismo tiempo que protegen tu salud.

3



DISMINUYE EL RIESGO DE LESIÓN

Comparte tus sensaciones con tu preparador/a físico/a y tu entrenador/a para que, en coordinación con el servicio médico (si lo hubiera), puedan adaptar tu entrenamiento, haciéndolo lo más efectivo posible y disminuyendo el riesgo de lesión, protegiendo tu salud. No quieres volver a pasar, ¿verdad?

4



DOSIFICA TUS GANAS

Sigue las indicaciones de tu preparador/a físico/a y tu entrenador/a en relación con la frecuencia, intensidad y volúmenes del entrenamiento. El sobreenfrentamiento puede volver a pararte y también te hace más vulnerable ante un posible contagio.

5



DESCANSA

Duerme al menos 7 horas al día. Esto, además de ser importante para tu rendimiento, también es necesario para mantener tu sistema inmune en condiciones óptimas.

6



CUIDA TU ALIMENTACIÓN

Recuerda que tu alimentación debe adaptarse a tu entrenamiento. Tu dietista-nutricionista es un/a aliado/a para hacer más efectiva y eficaz la recuperación de tu forma física y/o marca.

7



PIDE AYUDA

No tengas miedo de pedir ayuda a un/a psicólogo/a para afrontar las consecuencias que haya podido tener el confinamiento en tus emociones, tu motivación deportiva, tus miedos en relación con el rendimiento en competición, etc.

8



SE PRECUIDO/A

Según se vaya recuperando la nueva normalidad, es posible que se discutan las medidas preventivas de higiene y seguridad. Por eso, incorpóralas desde el principio como nuevos hábitos dentro de tu rutina: distancia social, lavado de manos, posible uso de mascarilla, etc. Ten especial cuidado con las superficies de contacto compartidas.

9

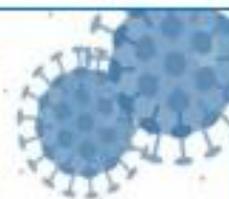


EVITA CONTAGIOS

Ante cualquier signo o síntoma de molestia que pueda ser sospechoso de un posible contagio, avisa a tu entrenador/a y al servicio médico (si lo hubiera), para que se tomen las medidas necesarias protegiendo tu salud y la del resto de deportistas y personal del club que hayan podido estar en contacto contigo. No pongas en peligro tu salud ni la de los demás por tus ganas de seguir entrenando.

10

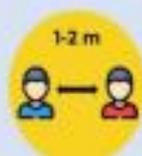
Uso correcto de mascarillas



Realiza un uso correcto de mascarillas siempre asociado a las medidas de prevención y a las medidas para reducir la transmisión comunitaria:



Si tienes síntomas, quédate en casa y aislate en tu habitación



Mantener 1-2 metros de distancia entre personas



Lavar las manos meticulosamente



Evitar tocarse ojos, nariz y boca



Cubrir boca y nariz con el codo flexionado al toser o estornudar



Usar pañuelos desechables



Trabajar a distancia siempre que sea posible



Haz un uso correcto para no generar más riesgo:



Lávate las manos antes de ponerla



Durante todo el tiempo la mascarilla debe **cubrir la boca, nariz y barbilla**



Evita tocar la mascarilla mientras la llevas puesta



Desecha la mascarilla cuando esté húmeda y **no reutilices las mascarillas** a no ser que se indique que son reutilizables



Para quitarte la mascarilla, hazlo por la parte de atrás, sin tocar la parte frontal, deséchala en un cubo cerrado y lávate las manos

13 abril 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte:

www.mscbs.gob.es

@sanidadgob

#ESTE
VIRUS
LO
PARAMOS
UNIDOS





RETORNO A LA ACTIVIDAD DEPORTIVA



Evitar compartir el material de juego (casco, bate, guante, guantillas...)



No se podrán utilizar bat boys/girls



Prohibido el consumo de tabaco, o productos similares, y escupir



Los jugadores no podrán humedecer los dedos con saliva



Anotadores y Comisarios Técnicos deberán utilizar mascarilla en todo momento



Evitar el intercambio de alineaciones en el Home Plate si fuera posible



Evitar apretones de manos, choques de puños, etc



La preparación de las bolas se realizará por una persona con guantes de goma protectores



La bola en juego deberá ser retirada para su desinfección al terminar cada jugada



Los entrenadores deben mantener con el árbitro una distancia mínima de 2 metros



El árbitro de home debe evitar estar en contacto con el receptor



El distanciamiento físico mínimo dentro del banquillo será de 1 metro

ANEXO 5

CLÁUSULA COVID-19 DE INSCRIPCIÓN Y PARTICIPACIÓN EN COMPETICIONES DE LA REAL FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE BÉISBOL Y SÓFBOL.

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 las competiciones de la REAL FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE BÉISBOL Y SÓFBOL, RFEBS en adelante. El o la participante declara y manifiesta:

1.- Que es conocedor/a del protocolo y guía que tiene publicado la RFEBS en relación con la presencia y participación en pruebas deportivas generado con ocasión de la crisis sanitaria del COVID-19.

2.- Que se compromete a cumplir todas las exigencias o simples recomendaciones que se contengan en tal protocolo o 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.

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. 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.

4.- Que, caso de estar o haber estado contagiado 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 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 es conocedor/a y 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 la RFEBS adopte las medidas que se indican en el protocolo y guía que tiene publicado en aras a establecer un razonable escenario de seguridad en la competición. En tal sentido, se hace constar que la RFEBS, en el curso de la 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 protocolo y guía 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, el o la participante exonera a la RFEBS de cualquier responsabilidad en relación con los posibles daños o perjuicios que pudieran derivarse para su persona.

9.- Que el/la participante acepta que cuando se llegasen a adoptar medidas o decisiones por parte de la RFEBs con el objetivo de preservar la salud de las personas en el curso de la competición, no se podrán considerar incumplidas las obligaciones esenciales del organizador, 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 el o la participante 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 excluido/a o descalificado/a del evento por decisión de quien actúe como autoridad deportiva (juez/a-árbitro o delegado/a técnico/a).

11.- Que el/la participante acepta que las medidas de carácter deportivo expuestas en el apartado anterior se entienden sin perjuicio de otras responsabilidades en las que aquel o aquella pudiera llegar a incurrir 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.

Nombre y apellidos:
Nº Documento de Identidad:
Lugar y Fecha:
Firma:

ANEXO 6

FORMULARIO DE DECLARACIÓN DE ESTADO DE SALUD

Fecha (dd/mm/aaaa)		
Nombre Completo como se muestra en el pasaporte y otra identificación	Nombre:	Apellidos:
Documento de identidad	Número:	
Dirección permanente		
Dirección durante la competición (si es hotel, proporcionar nombre y número de habitación)		
Número de Teléfono		
Países visitados durante los últimos 14 días		

Historia de exposición			SI	NO	
En los últimos 14 días, ¿ha tenido contacto con alguna persona que haya resultado positiva para una infección COVID-19?					
¿Ha experimentado alguno de los siguientes síntomas durante los últimos 14 días?					
Síntomas	SI	NO	Síntomas	SI	NO
Fiebre			Vomito/Nausea		
Tos			Diarrea		
Disnea			Hemorragia de piel		
Dolor de garganta			Sarpullido		
Dolor en el pecho			Fatiga/Cansancio		
Conjuntivitis			Dolor de cabeza		
Mialgia			Pérdida del gusto		
Escalofríos			Pérdida del olfato		
Si respondió SÍ a alguna y ya está siendo tratado, indique qué vacunas y / o medicación está utilizando:					

Tenga en cuenta que, si ha respondido SÍ a cualquiera de las preguntas anteriores, debe quedarse en casa, informara su equipo de inmediato y seguir las pautas locales de salud pública.

