

RECOMENDACIONES GENERALES Y MEDIDAS DE PREVENCIÓN

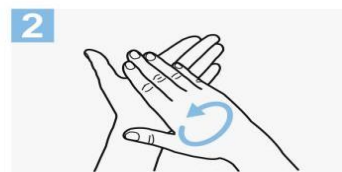
- La higiene de manos, de manera frecuente, es la medida principal de prevención y control de la infección luego de tocar superficies públicas (mostradores, pasamanos, picaportes, barandas, etc.), manipular dinero, llaves, animales, ir al baño.
- La mencionada higiene de manos debe realizarse con soluciones a base de alcohol.
- Mantener una distancia mínima de 2 metros con cualquier persona.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Cubrirse la boca y nariz al toser o estornudar con el pliegue del codo o con un pañuelo desechable.
- Ventilar los ambientes mediante la apertura de puertas y ventanas que produzcan circulación cruzada del aire.
- La limpieza de superficies y objetos se recomienda que sea húmeda y frecuente, con productos como alcohol al 70%, lavandina, etc.
- Una vez realizada la limpieza de superficies se procede a su desinfección.
- Los elementos de protección personal (barbijos, guantes descartables y máscaras óculo facial), deben ser adecuados al riesgo o riesgos frente a los que debe ofrecerse protección acorde con la actividad.
- Utilizar Elementos de Protección Personal (EPP), o que puedan desinfectarse después del uso, siguiendo las recomendaciones del fabricante. La correcta colocación de los EPP es fundamental para evitar posibles vías de ingreso del agente biológico.



1a
Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;

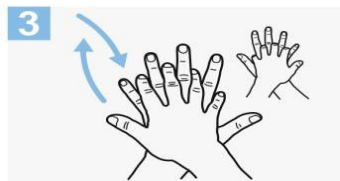


1b



2

Frótese las palmas de las manos entre sí;



3

Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



4

Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



5

Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



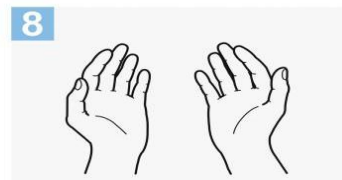
6

Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



7

Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



8

Una vez secas, sus manos son seguras.

Crédito: OMS

PROTOCOLOS SANITARIOS POR DISCIPLINA DEPORTIVA

8.- TIRO CON ARCO EN CIRCUITOS HABILITADOS

- Las autoridades de los clubes deberán dar a conocer a sus socios/arqueros todas las pautas antes de reanudar sus actividades.
- Las autoridades de los clubes deberán colocar carteles informativos accesibles y visibles, con las medidas de seguridad y las pautas de actuación detalladas para todas las personas que asistan.
- Se dispondrá de un registro donde se documente la fecha, con hora de entrada y salida de los arqueros, entrenadores, empleados y cualquier otra persona que haya asistido a sus instalaciones. En este registro se deberán incluir los datos personales de cada concurrente, a fin de lograr su inmediata ubicación en caso de ser necesario, ante la aparición de algún caso positivo de coronavirus.
- Se deberá implementar el otorgamiento de turnos para evitar la espera y la aglomeración de los arqueros, como así también el tiempo y/o la cantidad de series que podrá tirar cada uno, según la capacidad disponible
- Al momento del ingreso a los clubes, toda persona deberá llevar barbijo y proceder a la desinfección de sus manos con alcohol en gel, el cual proveerá cada institución en el sitio más cercano al lugar de ingreso.
- Al momento de retirarse de los clubes toda persona también deberá proceder a la desinfección de sus manos con alcohol en gel.
- Las autoridades y los empleados de los clubes deberán utilizar barbijo en todo momento.
- En los trámites que se lleven a cabo en las secretarías de los clubes, los arqueros y demás socios usarán barbijo y estarán puertas afuera de las secretarías, manteniendo la distancia prudencial de 2 metros.
- Se dispondrán frascos con alcohol en gel en las instalaciones y cerca de las líneas de tiro.
- Se dispondrán recipientes para residuos en lugares estratégicos.
- Se deberán utilizar vasos, platos y cubiertos de uso personal.
- Se deberán ventilar los salones donde se practica el tiro.
- Se procederá a la limpieza de pisos, baños, canillas, mesadas, escritorios, con agua, lavandina y desinfectantes. El personal encargado para estas tareas deberá utilizar barbijo, antiparras y guantes descartables provistos por el club.
- Los empleados que realicen trabajos de mantenimiento y/o de campo deberán utilizar barbijo, antiparras y guantes de trabajo ad hoc, también provistos por el club.
- Todos los arqueros deberán utilizar barbijo en todo momento.
- Todos los entrenadores o asistentes personales deberán utilizar barbijo en todo momento (estén o no realizando la actividad relacionada al tiro) y deberán además guardar la distancia mínima de 2 metros con su entrenador y/o con cualquier otra persona. No podrá haber más de un entrenador por arquero en el predio.

- Cada arquero deberá utilizar su posa-arcos para evitar el contacto de la cuerda y/o cualquier otra parte del equipo con el campo de tiro evitándose así una posible vía de contagio. Los arcos permanecerán al menos 2 metros por detrás de la línea de tiro cuando los arqueros no estén practicando.
- No estará permitido compartir equipo ni flechas entre los arqueros, y si por descuido alguna persona manipulara material perteneciente a otro deportista, se deberá proceder a su desinfección. Tampoco se deberá guardar equipo personal en las instalaciones de los clubes.
- Cada tirador colocará, utilizará y retirará después de su uso su propia diana de tiro, a fin de evitar el contacto con otras manos. En caso de los para-atletas de tiro con arco que no puedan colocar y/o retirar sus dianas, otra persona podrá hacerlo, pero usando barbijo y guantes descartables (para evitar el contacto de sus manos con las dianas).
- Cada tirador deberá retirar del blanco las propias flechas que haya tirado. En caso de los para-atletas de tiro con arco que no puedan quitar sus flechas, otra persona podrá recoger esas flechas, pero usando barbijo y guantes descartables para evitar el contacto de sus manos con las flechas.
- Todo aquel que no tire deberá esperar fuera del predio de tiro. En caso de menores de edad podrá ser acompañado por un solo adulto con uso de barbijo.
- En casos de prácticas o entrenamiento de tiro al aire libre y/o salón, los paraflechas deberán estar separados entre sí por un mínimo de 2 metros y los arqueros tirarán de a uno por paraflechas. En caso de imposibilidad -por falta de espacio y/o paraflechas- podrán tirar hasta dos arqueros alternadamente por paraflechas, de la siguiente manera: primero tira un arquero, sale de la línea de tiro, entra y tira el otro arquero, y luego retiran las flechas manteniendo el distanciamiento social obligatorio en todo momento.
- Se tirarán, en cada serie, hasta un máximo de 6 flechas en aire libre y de 3 flechas en salón, a fin de evitar retrasos y esperas innecesarias.
- Se evitará que los arqueros diestros y zurdos estén frente a frente en la línea de tiro, aun cuando tiren a diferentes paraflechas, para ello deberán colocarse de espaldas. Pueden disponerse los diestros sobre el sector derecho del predio, mientras que los zurdos lo harán en el sector izquierdo del mismo.
- En las prácticas de Juego de Campo y 3D las patrullas no deberán de contar con más de tres arqueros, quienes deberán tirar aisladamente, o sea, cada uno por separado, ofreciendo así mayor seguridad. Deberán extremar recaudos al momento de retirar las flechas de los blancos evitando el contacto directo de sus manos con éstos y usarán barbijo durante los recorridos, manteniendo siempre el distanciamiento de protección requerido.
- Cualquiera sea la modalidad, se deberá usar barbijo en los desplazamientos para ir a buscar flechas en los blancos y retornar a la línea de tiro, y también se utilizará también al momento de las prácticas o entrenamientos de tiro.
- Los Jueces no estarán activos en esta primera etapa de reactivación deportiva, pero cumplirán todas las pautas detalladas.

- Las autoridades de los Clubes deberán velar y hacer cumplir estas pautas entre todos los asistentes, para preservar la higiene, la seguridad y la continuidad de este deporte.
- Los deportistas a los que hace referencia este protocolo pertenecen a las categorías (clases y divisiones) Seniors, Juveniles, Cadetes (comprende YOG) y Masters, en sus estilos Damas y Caballeros, tanto para arcos Recurvo WA, Compuesto WA, Long Bow, Recurvo Instintivo, Cazador y Raso. Los atletas Master cumplirán con todas las disposiciones nacionales y/o regionales a fin de preservar las normas preventivas de higiene que correspondan a su grupo etario, para protección de su salud.
- Cuando se utiliza el término “guantes de trabajo ad hoc” se refiere específicamente a guantes de protección laboral para las manos.
- En relación a los “barbijos” se refiere al uso de los descartables y/o los manufacturados con tela de algodón reutilizables, previa desinfección para cada uso por lavado con agua y jabón.
- Los turnos se darán con una diferencia de 20 minutos entre cada uno para evitar cruce de personas.