



Plan de Actuación Preventivo – COVID 19
Duatlón Berlanga de Duero (Clasificatorio Cto. ESP)
(fecha de revisión 10 de diciembre de 2020)



Ante la situación generada por la transmisión del Coronavirus COVID-19, y en pro de frenar la pandemia, se están estudiando medidas de prevención que eviten el contagio y reduzcan los riesgos para las personas, siendo conocedores de que el COVID-19 es un agente biológico que puede causar una enfermedad grave, supone un serio peligro para la colectividad, tiene una alta probabilidad de propagación y no existe un tratamiento ni profilaxis real a día de hoy.

El objeto de este documento es plantear las medidas preventivas y actuaciones específicas para el desarrollo de eventos FETRI, combatir la propagación del Covid-19, haciendo que las competiciones sean, como siempre han sido, entornos seguros tanto para los profesionales como para los deportistas.

Estas recomendaciones pueden tomarse como de referencia para otros eventos de triatlón y se adaptarán estrictamente a las disposiciones y recomendaciones de las autoridades sanitarias, en caso de darse, así como a los plazos establecidos por las mismas.

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 FETRI. El o la participante declara y manifiesta:

- 1.- Que es conocedor/a del protocolo y guía que tiene publicado la FETRI 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 FETRI 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 FETRI, 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 FETRI de cualquier responsabilidad en relación con los posibles daños o perjuicios que pudieran derivarse para su persona.

9.- Que el o la participante acepta que cuando se llegasen a adoptar medidas o decisiones por parte de la FETRI 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 o la participante 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) 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







Los participantes y el personal con síntomas, es decir, fiebre, tos, malestar, etc. deben quedarse en casa y lejos del trabajo, la escuela o las multitudes hasta que los síntomas desaparezcan.

¡Manténgase alejado del evento cuando esté enfermo!

En caso de síntomas de enfermedad respiratoria aguda, durante o después del viaje, se alienta a los deportistas a buscar atención médica y compartir el historial de viaje con los servicios médicos.

Las autoridades de salud pública deben proporcionar a los viajeros toda la información necesaria para reducir el riesgo general de infecciones respiratorias agudas a través de las autoridades sanitarias, profesionales sanitarios, etc.

La FETRI recomienda seguir en todo momento las recomendaciones de la OMS y el Ministerio de Sanidad para reducir el riesgo general de transmisión de infecciones respiratorias agudas que se enumeran a continuación:

-  Evite el contacto con personas que sufren infecciones respiratorias agudas.
-  Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón o un desinfectante a base de alcohol, especialmente después del contacto directo con personas enfermas o su entorno.
-  Las personas con síntomas de infección respiratoria aguda deben practicar el comportamiento de la tos (mantener una distancia de al menos un metro, cubrirse la tos y los estornudos con pañuelos desechables o ropa y lavarse las manos).
-  Evite darse la mano o abrazarse.
-  Evite las salas de vapor o sauna.
-  Evite tocarse la boca, la nariz o los ojos.

La FETRI recomienda que las entidades organizadoras evalúen sus eventos en dos fases.

La primera, con las herramientas de la OMS para eventos deportivos con el objetivo de determinar el umbral global de riesgo del evento. En el caso de que el resultado del riesgo sea moderado o superior, aplicar las medidas correctoras.

La FETRI solo recomienda realizar eventos en el escenario donde el resultado sea BAJO o MUY BAJO.

Dicha herramienta se encuentra disponible en www.competitions.org/competitions/resources y de manera alternativa, se puede hacer uso de la herramienta oficial de la IAAF avalada por otras Federaciones Internacionales como la ITU <https://idom.worldathletics.org/>

La segunda, usar la herramienta proporcionada por la FETRI y aplicar las medidas correctoras específicas al efecto.

















Tipo de Evento	Metodología	Obligatorio (s/n)
Internacional en España	Análisis de Riesgos OMS	Obligatorio
	Plan preventivo ITU	Obligatorio
	Plan preventivo FETRI	Obligatorio
Campeonatos de España	Análisis de Riesgos OMS	Obligatorio
	Plan preventivo FETRI	Obligatorio
Otras competiciones oficiales federadas ámbito estatal	Análisis de Riesgos OMS	Recomendable en eventos de mucha participación/afluencia
	Plan preventivo FETRI	Obligatorio
Competiciones Autonómicas	Análisis de Riesgos OMS	Recomendable en eventos de mucha participación/afluencia
	Plan preventivo FETRI	Recomendable

En todos los casos, será **OBLIGATORIO** cumplir con la regulación Autonómica específica

OMS – [Organización Mundial de la Salud](#)

FETRI – [Federación Española de Triatlón](#)

- 🏆 Actividades previas
 - 🏆 Presentación del evento
 - 🏆 Ruedas de prensa
- 🏆 Sede del evento
- 🏆 Acreditación
- 🏆 Actividades paralelas
 - 🏆 Expo
- 🏆 Staff / Voluntarios / Oficiales
 - 🏆 Lugares de reuniones para staff y voluntarios
 - 🏆 Lugares de reuniones para oficiales
- 🏆 Espectadores
- 🏆 Sport Presentation y Locutores
- 🏆 Medios de comunicación
- 🏆 Servicios al deportista
 - 🏆 Reuniones técnicas
 - 🏆 Secretaría y entrega de dorsales
 - 🏆 Guardarropa
 - 🏆 Entrenamientos y/o reconocimientos de los recorridos
 - 🏆 Servicio mecánico
 - 🏆 Servicio de fisioterapia
 - 🏆 Baños / Duchas / Vestuarios

-  Paratriatlón
-  Competición
 -  Formatos
 -  Salida
 -  Fin de natación
 -  Zona de Transición
 -  Carpas de cambio
 -  Ciclismo
 -  Carrera
 -  Avituallamientos
 -  Áreas de Penalización
 -  Zona de Relevo
 -  Zona de meta
-  Antidopaje
-  Invitados y zona VIP
-  Protocolo y entregas de premios

PROBABILIDAD DE OCURRENCIA	ALTA	M	I	IN
	MEDIA	TO	M	I
	BAJA	T	TO	M
		Ligeramente dañino	Dañino	Extremadamente dañino
		SEVERIDAD DE LAS CONSECUENCIAS		






T: Trivial







TO: Tolerable

M: Moderada

I: Importante

IN: Intolerable

-  Reducción de la participación a 100 participantes masculinos y 100 participantes femeninos
-  Cambio de sede, de la Plaza Luis López Pando (centro de Berlanga), al campo de fútbol municipal, para asegurar el cierre total de la sede
-  Blindado de sede SIN espectadores, en función de lo que decidan las autoridades
-  Recorridos inaccesibles para los espectadores con el planteamiento previsto
-  Cámara permanente en meta con señal en directo a “YouTube”, para el resto de competiciones, para que se pueda hacer un seguimiento sin acercarse a la sede

-  Reducir las personas expuestas.
-  Tomar las medidas de prevención adecuadas.
-  Establecer las medidas de higiene que eviten o dificulten la dispersión del virus.
-  Identificar posibles personas portadoras para tomar las medidas pertinentes.
-  Establecer planes de actuación ante posibles accidentes.
-  Señalizar posibles zonas de alto riesgo donde el tiempo de permanencia sea el indispensable.

1 Recogida de dorsal

Respetar la **distancia social**.
El uso de **mascarilla** es obligatorio.

2 Kit del deportista

Una **mascarilla reutilizable**.
Una **mascarilla desechable**.
Un bote de **gel hidroalcohólico**.
Una **bolsa** para el guardarropa.

3 Reunión técnica virtual

En **directo** por redes sociales.

4 Canal de Telegram

Suscríbete para recibir las **actualizaciones del evento**.

5 Acceso área de transición

Horarios **planificados**.
Toma de **temperatura**.

6 Área de transición

Separación de **2 metros** entre bicicletas.

7 Servicio mecánico

Autoservicio en área de transición.

8 Guardarropa

Utiliza la **bolsa** que te hemos facilitado.

9 Salida

Uso de **mascarilla desechable** obligatoria.
Depositar mascarilla en **contenedor habilitado** al efecto.

10 Competición

La salida será **como siempre** la has conocido.
Los avituallamientos serán **autoservicio**.

11 Post competición

Una vez cruces la zona de meta **no te detengas**.
Dirígete a la **zona de recuperación**.

12 Ceremonia entrega de premios

Presencia en **hora anunciada**.
Zona habilitada al efecto.

Vuelta responsable a las competiciones





Fetri

@triatlionsp

#SomosTriatlón

www.triatlon.org







-  Se ha preparado una base de datos de identificación de riesgos y medidas a tomar a lo largo de todo el proceso de una competición de triatlón o cualquiera de sus modalidades ([fichero Excel anexo a este documento](#)).
-  En dicho documento, se identifican los riesgos y las posibles soluciones para adoptar medidas preventivas y así poder minimizar los riesgos.
-  Las medidas se adoptarán en base a las áreas detalladas al principio de este documento.
-  Las medidas preventivas serán consensuadas entre la Junta de Castilla y León, el Ayuntamiento de Berlanga de Duero y la Federación Española de Triatlón. El responsable de la FETRI para la implementación de las medidas es Amancio del Castillo (direccion.logistica@triatlon.org).

- ☀️ Todas las personas que formen parte del evento, deberán:
 - ☀️ aportar el Cuestionario Médico previo
 - ☀️ someterse a una toma de temperatura diaria, que deberá ser inferior a 37'5°C. Este control será obligatorio cada vez que se acceda a la sede
 - ☀️ Podrá ser sometido a una medición del nivel de oxígeno, que deberá estar entre un 95% y un 100%.
- ☀️ Las tomas a los deportistas se realizarán a la entrada al área de transición.








- Los actos de presentación y/o ruedas de prensa se podrán realizar siempre que se garanticen las medidas de seguridad y de distancia social

-  Dentro de los riesgos analizados, juega un factor clave el poder blindar/cerrar la sede del evento, para evitar que el deportista se mueva por diferentes zonas con accesos diferentes y la interacción con otras personas
-  Para ello es aconsejable determinar cual va a ser la sede, que podrá tener un área de operaciones antes del evento y otro área extendida durante el evento
-  El objetivo es que todo el personal acreditado entre en la sede antes del evento, y no lo abandone hasta después del evento y que bajo un único control de acceso seguro, donde se hagan las tomas de temperatura, se acceda al interior de la misma
-  Se aconseja que el perímetro de la sede esté cerrado con valla alta y rafia para disuadir la presencia de público que pueda estar viendo pegado a las vallas

☀ La sede, tanto en su versión de operaciones antes del evento, como durante el evento, debe incluir los siguientes espacios/servicios

- ☀ Salida
- ☀ Transición
- ☀ Inicio/Fin de ciclismo y carrera
- ☀ Meta
- ☀ Guardarropa
- ☀ Zona de recuperación
- ☀ WC
- ☀ Servicio mecánico autoservicio
- ☀ Todos los servicios destinados al staff/voluntarios







-  Cualquier persona acreditada y los deportistas solo podrá entrar y salir por la puerta principal de acceso
-  En dicho acceso, controlado por oficiales de la Federación, habrá un control de temperatura, para asegurar que la persona puede acceder. En caso de que la temperatura esté con valores por encima de lo establecido, se avisará a los servicios médicos para que activen el plan de emergencia
-  Solo un grupo de personas autorizadas, con una acreditación especial “*upgrade*”, podrán entrar y salir por los accesos al terreno de juego
-  Los deportistas accederán con su bicicleta y equipamiento antes de la competición, y no podrán abandonar la sede hasta que finalicen la misma y lo hagan con su bicicleta en la mano
-  Cualquier incumplimiento de esta norma supondrá la retirada de la acreditación

La competición de Berlanga de Duero se va a desarrollar en una sede blindada, y sin posibilidad de acceso de espectadores y/o acompañantes. Las posibilidades de seguimiento de la competición serán mínimas, dado que la superficie blindada será de unos 15.000 m² en la zona de transición/salida/meta

Todos los deportistas / técnicos y otro personal acreditado, solo podrán acceder a la sede por el único punto de control de acceso habilitado; en el cual se hará la toma de temperatura, y se verificará la acreditación. Una vez dentro de la sede, todo el personal acreditado, deberá seguir las normas establecidas. Cualquier incumplimiento, acceso o salida por otro lugar; la FETRI retirará automáticamente la acreditación, que imposibilitará volver a entrar y por tanto competir

Los clubes podrán acreditar a los técnicos según el siguiente ratio, siendo la acreditación personal e intransferible:

- | | |
|--------------------------|------------|
| 1. Hasta 3 deportistas | 1 técnico |
| 2. De 3 a 10 deportistas | 2 técnicos |
| 3. Más de 10 deportistas | 3 técnicos |

-  Se debe asegurar que todos los espacios pueden mantener la distancia social mínima recomendada.
-  En las zonas donde haya personal acreditado y las zonas comunes se deben establecer puntos de elementos de seguridad (rollos de papel, papeleras, pulverizadores con desinfectante y dosificadores de manos con hidrogel).
-  Se debe disponer de desinfectante de manos y lavados alcohólicos/geles antibacteriales (con al menos un 60% de alcohol), pañuelos de papel, dispensadores de jabón en los aseos (cambiados frecuentemente) y papeleras cerradas para la eliminación segura del material higiénico (p. ej., pañuelos de papel, toallitas, productos sanitarios) en aseos.
-  Como norma general, siempre que sea posible, mantener todas las puertas abiertas, paredes de carpas abiertas, etc.









Hora	Sábado				
	Deportistas	Técnicos	Staff	Total	Ratio / Sup (*)
15:00:00	100	5	20	125	120,00
16:00:00	200	10	20	230	65,22
17:00:00	200	10	25	235	63,83
18:00:00	100	5	30	135	111,11

Superficie Estadio y anexos = 15.000 m²



(*) Estimación de metros cuadrados x persona



-  Todas las personas implicadas, deben acceder siempre por el acceso habilitado, para someterse a Control de Temperatura. Las personas que tienen derecho a un “upgrade” de acreditación, lo recibirán en el acceso principal.
-  Dicho “upgrade”, servirá para entrar y salir por el acceso de la sede, que será el punto de apertura para la salida del ciclismo.
-  Quien no tenga derecho a ese upgrade no podrá salir o entrar durante la competición
-  En el caso de cualquier caso sospechoso, automáticamente se activará el protocolo de aislamiento y comunicación de los servicios médicos.






	Registro Electrónico	Cuestionario Médico	Acreditación	Control Temperatura	Reconocimiento Facial
Deportistas	Obligatorio	Obligatorio	Obligatorio	Obligatorio	n/a
Voluntarios	Obligatorio	Obligatorio	Obligatorio	Obligatorio	n/a
Staff	Obligatorio	Obligatorio	Obligatorio	Obligatorio	n/a
Técnicos	Obligatorio	Obligatorio	Obligatorio	Obligatorio	n/a
Medios de comunicación	Obligatorio	Obligatorio	Obligatorio	Obligatorio	n/a
Autoridades / Invitados	Obligatorio	Obligatorio	Obligatorio	Obligatorio	n/a










- 🏆 Acceso a la sede con registro de temperatura, hora de acceso y confirmación de mascarilla
- 🏆 Todo se guarda en un fichero para que los datos estén a disposición de las autoridades sanitarias








-  En todos los eventos FETRI, se recomienda minimizar el número de personas acreditadas pero sin poner en peligro el correcto desarrollo del evento.
-  Todo el personal (staff, deportistas, oficiales, prensa, voluntarios, etc.) deberán pasar por un proceso de acreditación, a través de la plataforma de inscripciones de la FETRI, para registrar sus datos en caso de cualquier incidencia y ser requerido por las autoridades competentes.
-  La FETRI acreditará a:
 -  Deportistas
 -  Oficiales
 -  Medios de Comunicación
 -  Técnicos
 -  Staff propio de la FETRI / FTCyL / Ayuntamiento de Berlanga (voluntarios)





-  Todas las actividades paralelas deben ser evaluadas previamente y analizar si es factible su realización.
-  En el caso de expositores o zona expo, no se permitirá nada.







-  Todo el personal implicado en el evento seguirá los criterios estipulados por las autoridades competentes.
-  El personal de montaje seguirá los criterios estipulados para el Staff los días del evento.
-  Asimismo, realizarán su trabajo siguiendo las recomendaciones de la autoridad laboral en Prevención de Riesgo Laborales y las pautas de organización del trabajo dadas en este documento.
-  Puede consultar las recomendaciones de la Autoridad Sanitaria pinchando [aquí](#).
-  Informar al personal (staff/voluntarios/oficiales) de más de 60 años de la mayor posibilidad de consecuencias graves en caso de contagio, invitándoles a valorar su participación y recomendando que sean más aplicados en la toma de las medidas preventivas.

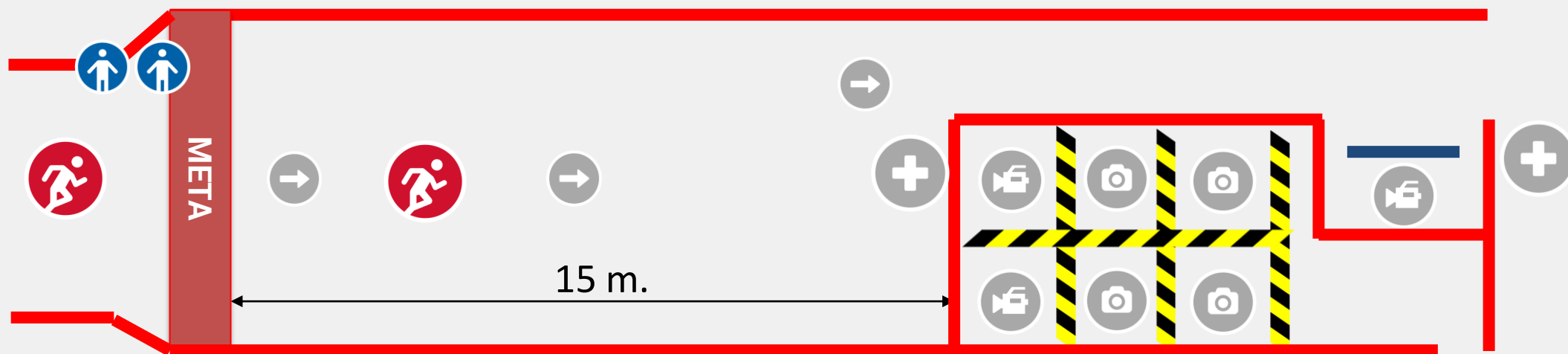
-  Informar de los riesgos de contagio por COVID-19, generando manuales en función de los diferentes colectivos, para que sean de aplicación:
 -  Deportistas
 -  Oficiales
 -  Staff
 -  Voluntarios
-  Informar de las medidas de prevención a adoptar para evitar el contagio y transmisión del COVID-19.
-  Informar de la utilización de EPI's.
-  Informar de las medidas a adoptar en caso de posible accidente por contagio.
-  **NOTA:** La información se realizará mediante fichas informativas a cada tipo de personal según sus funciones. También se debe informar mediante megafonía y por pantalla a todos y, principalmente, a los deportistas.






-  **NO** se permitirá la presencia de espectadores.
-  La zona central será el campo de fútbol de Berlanga de Duero, donde se montará la transición, secretaría, premiación, salida y meta. El campo se encuentra a las afueras del pueblo, a 500 metros de las primeras casas.
-  El campo de fútbol tiene una entrada que será el acceso a la sede y está vallado perimetralmente.
-  La carrera a pie utilizará unos 400 metros de calles urbanas y el resto serán caminos externos al núcleo urbano.
-  El segmento de ciclismo cruzará el pueblo por la SO-152 pero el inicio y el fin estará fuera de la población.

A continuación ponemos algunos ejemplos de mensajes que los locutores de los eventos deben transmitir hacia los deportistas y todo el personal presente:

-  Recordamos a todos los asistentes la importancia de atender a las recomendaciones de seguridad generales y específicas de la prueba, mantener la distancia de seguridad interpersonal, usar mascarilla y no generar aglomeraciones. Os agradecemos a todos la colaboración para disfrutar de un evento seguro.
-  Algunas de las zonas principales de la competición tienen acceso restringido o no son accesibles para evitar riesgos innecesarios. Os invitamos a disfrutar de la prueba en lugares seguros, manteniendo la distancia de seguridad y con respecto a los deportistas. Por la seguridad de todos, responsabilidad social.
-  Gracias a todas y todos por acompañarnos, os rogamos también que lo hagamos con responsabilidad para favorecer el buen desarrollo de la competición. Evitemos el contacto interpersonal y utilicemos mascarilla siempre que sea obligatorio.
-  La distancia interpersonal, el uso de la mascarilla y la higiene de manos son nuestros mejores aliados para seguir disfrutando del deporte con seguridad. Respetamos la señalización y zonas acotadas, y atendamos a las indicaciones de voluntarios y personal de la organización. Gracias a todas y todos por colaborar.

-  Se establece un máximo de 4 fotógrafos oficiales acreditados.
-  No se entregará ninguna acreditación/peto de prensa, a aquellos que no lo hayan solicitado previamente por la aplicación FETRI. Desde la FETRI se solicitará el apoyo local de la sede, para que los medios locales/autonómicos sigan ese proceso.
-  Se recuerda a los medios de comunicación que deben hacer uso de mascarilla aún cuando estén realizando entrevistas o se encuentren en las zonas acreditadas.
-  En la zona de meta, se debe marcar en el suelo las zonas para los fotógrafos y medios de comunicación.
-  Solo se entrevistará a tres chicos y tres chicas y la zona de entrevistas deberá ser lo suficientemente amplia para mantener la distancia social recomendada.
-  En el caso de los micrófonos para entrevistas de medios comunicación, deberán estar protegidos.






-  Reuniones técnicas
-  Secretaría y entrega de dorsales
-  Guardarropa
-  Entrenamientos y/o reconocimientos de los recorridos
-  Servicio mecánico
-  Servicio de fisioterapia
-  Baños / Duchas / Vestuarios






- 👁️ No se realizarán reuniones técnicas presenciales.
- 👁️ En los días previos al evento, la FETRI habilitará una hora donde presentará la reunión técnica por videoconferencia en directo y responderá a las preguntas de los deportistas y entrenadores.
- 👁️ La FETRI grabará todas las reuniones técnicas, las subirá a la web y comunicará a los deportistas inscritos los enlaces de las mismas.







The screenshot shows a video conference interface for a cycling race. The top left corner features the Fetri logo and the text "Elite / Ciclismo" and "4 vueltas x 4,7 km". The main area displays a Google Earth map of a course with a yellow route and a red route. Below the map is an elevation profile graph showing the terrain. The graph includes the following data: "Gráfico: min. -max. Elevación: 2,15, 35 m", "Total del маршрут: Distancia: 4,69 km", "Incremento/pérdida de elevación: 68,7 m, -68,9 m", "Pendiente máxima: 12,9%, -15,4%", and "Pendientes media: 2,5%, -2,5%". The x-axis of the graph is labeled with distances: 0,75 km, 1,5 km, 2,25 km, 3 km, 3,75 km, and 4,69 km. On the right side, there are two video feeds. The top one shows a man wearing a headset, identified as "JORGE GARCÍA Fetri". The bottom one shows a woman, identified as "MÓNICA FLORES FETRI". The background of the interface is red and white, with the Fetri logo and "PONTEVEDRA 2020" visible.

Hay que tomar varias medidas en el proceso de inscripción:

-  Informar a los deportistas de las medidas a tomar sobre toma de temperatura en el acceso a la sede, posibilidad de pruebas de diagnóstico y posible comunicación de datos personales a las autoridades competentes si se detectasen infectados.
-  Informar a los deportistas de más de 60 años de la mayor probabilidad de consecuencias graves en caso de contagio, recomendando su no participación o su mayor toma de medidas preventivas.
-  Obligación de rellenar el Cuestionario Médico COVID-19 y entregarlo al recoger el dorsal.




-  A la hora de preparar los sobres, etc.; se debe cumplir con todas las medidas higiénicas y de seguridad. Se prepararán con varios días de antelación y se dejarán preparados en cuarentena.
-  No se permite incluir ningún tipo de folleto o similar en el sobre con el material de competición.
-  Se habilitarán franjas horarias para las entregas de dorsales y solo se le entregará al deportista inscrito. No está permitida la entrega a una persona no inscrita. Solo los técnicos de los clubes, que lo hayan solicitado previamente, podrán recoger todos los dorsales de su club.
-  En cualquiera de los casos, se mantendrá la distancia social recomendada en la cola de entrega de dorsales.
-  Se utilizará chip/dorsal desechable para el cronometraje para evitar la manipulación de los chips.




-  Se habilitarán los sistemas electrónicos de entrega de dorsales para minimizar la interacción con papeles.
-  Se instalarán en el mostrador mamparas protectoras transparentes de metacrilato o similar.
-  Se entregará en el sobre de los dorsales una mascarilla a cada deportista que deberá llevar durante toda la parte previa a la competición y desechará justo antes de iniciarla.
-  El deportista o el técnico del club, deberá entregar el documento Cuestionario Médico COVID-19 que se encuentra disponible en el siguiente enlace ([descargar aquí](#)).

- ❁ La entrega de dorsales tendrá un camino dirigido en un único sentido de circulación, y donde se deberá mantener la distancia de seguridad
- ❁ Se realizará a la entrada de la sede y los deportistas accederán con su material de competición y no podrán abandonar la sede hasta la finalización de la competición, salvo para calentar con mascarillo o durante la competición.















-  Se establecen tres puntos de entrega
-  El acceso solo estará permitido a los técnicos de los clubes previamente acreditados o a los deportistas con su DNI y justificante de inscripción
-  El acceso será por la puerta principal, y se dirigirán a su ubicación en el área de transición directamente

-  **NO HABRÁ SERVICIO DE GUARDARROPA.**
-  La organización entregará una bolsa numerada de gran tamaño a cada deportistas que podrá dejar junto a su bicicleta en la zona de transición.
-  No se podrá dejar ninguna otra bolsa ni mochila que no esté dentro de la bolsa entregada.

- 🏊 Entrenamientos / Familiarizaciones: No se desarrollarán.
- 🏊 Servicio Mecánico: No se habilitará. El deportista es responsable de su equipamiento de repuesto. Habrá una carpa con herramienta básica y gel hidroalcohólico, siendo autoservicio. Cada deportista se desinfectará las manos antes de su uso.
- 🏊 Servicio de Fisioterapia: No se facilitará.
- 🏊 Baños: Se habilitarán los baños del campo de fútbol. Se mantendrá un servicio de limpieza de acuerdo a las necesidades y cada usuario tendrá obligación de desinfectarse las manos antes de entrar.
- 🏊 Duchas y Vestuarios: No se habilitarán en ningún caso.

- 🏊 Formatos: sin drafting y salida contrarreloj individual, salvo que las condiciones sanitarias permitan formato normal
- 🏊 Horarios
- 🏊 Control de Material
- 🏊 Salida
- 🏊 Carrera
- 🏊 Área de transición
- 🏊 Carpas de cambio
- 🏊 Ciclismo
- 🏊 Carrera
- 🏊 Avituallamientos
- 🏊 Meta
- 🏊 Zona de recuperación

-  14:30 – Entrega de dorsales competición masculina (100 deportistas)
-  14:30 – Entrega de dorsales competición femenina (100 deportistas)
-  16:00 – Inicio salida élite masculina.
-  16:05 – Inicio salida élite femenina.
-  16:55 – Primer corredor masculino en meta.
-  17:10 – Primera corredora femenina en meta.
-  17:30 – Hora de corte 2ª transición
-  17:45 – Entrega de premios
-  17:45 – Cierre de carrera
-  Los deportistas abandonan la sede una vez finalicen su competición, recojan el avituallamiento y recojan su material.


- 🏊 Los voluntarios y oficiales deben llevar mascarilla.
- 🏊 Se utilizarán herramientas electrónicas para el control de material para evitar la manipulación de papel.
- 🏊 Se establecerán pasillos separados de entrada por rango de dorsal para evitar colas y horarios diferenciados para evitar aglomeraciones.
- 🏊 Se debe respetar la distancia social recomendada en el acceso al control de material.
- 🏊 Todo el proceso de revisión será visual y no se tocará el material, salvo que sea estrictamente necesario.
- 🏊 Es obligatorio que los deportistas lleven mascarillas durante este proceso.
- 🏊 En el caso de la retirada del material, es responsabilidad del deportista hacer la retirada del mismo.









- 🚴 Solo se permitirán 2 bicicletas a cada lado, en cada tramo de barra de 3 metros (4 bicicletas); no obstante, se recomienda que se coloquen en cada tramo de 3 metros, 2 bicicletas a 1 lado y 1 al otro (3 bicicletas).
- 🚴 La distancia entre barras (pasillos) deberá ser al menos de 5 metros.
- 🚴 No habrá cestas en la zona de transición para evitar manipulación de material.

- 🏊 La salida se hará en formato *Rolling Start* tipo contrarreloj individual a menos que la situación sanitaria permita salida conjunta de 100 deportistas.
- 🏊 El proceso de presentación de los deportistas se hará según vayan tomando la salida. El objetivo es reducir el tiempo que los deportistas puedan estar expuestos.
- 🏊 Los deportistas llevarán la mascarilla hasta la salida donde las desecharán justo antes de empezar.
- 🏊 Esperarán en un pasillo manteniendo la distancia de seguridad antes de la salida.



- ☀ Todas son competiciones sin drafting, por lo que no está permitido ir a rueda en el ciclismo, salvo que la situación sanitaria permita el ciclismo normal.
- ☀ En el caso de la carrera a pie se recomienda mantener una distancia de 4 metros entre deportistas; en caso de no ser posible, se recomienda a los deportistas que se mantengan en un ángulo de 45° con otros deportistas, e inviertan el menor tiempo posible en adelantar.

-  NO habrá avituallamiento en carrera.
-  No habrá avituallamiento en ciclismo.

-  No habrá cinta de meta.
-  Se debe incrementar a 15 metros la distancia entre el arco de meta y la zona de medios de comunicación.
-  No se permitirá el acceso de otros deportistas que hayan finalizado a la zona de meta.
-  Debe existir un acceso directo al área médica.
-  Ningún medio de comunicación debe estar en esta área.
-  Nada más entrar en meta se facilitará una mascarilla y los deportistas.
-  Los deportistas abandonarán la zona de meta, recogerán su avituallamiento personal, recogerán la bicicleta y abandonarán la sede.
-  Solo el personal imprescindible debe permanecer en esta zona.



BOLSA COMIDA

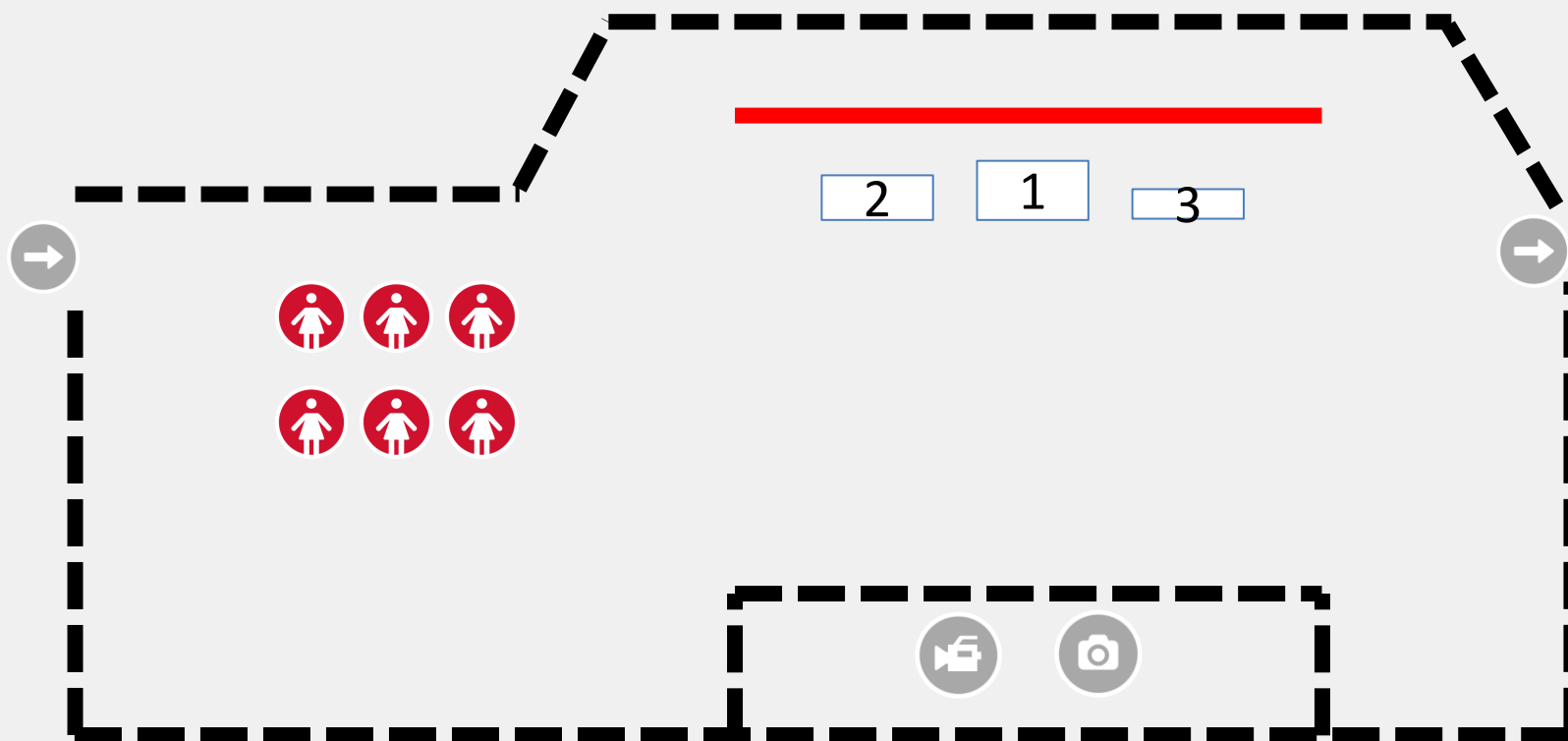
AGUA

ISO

META

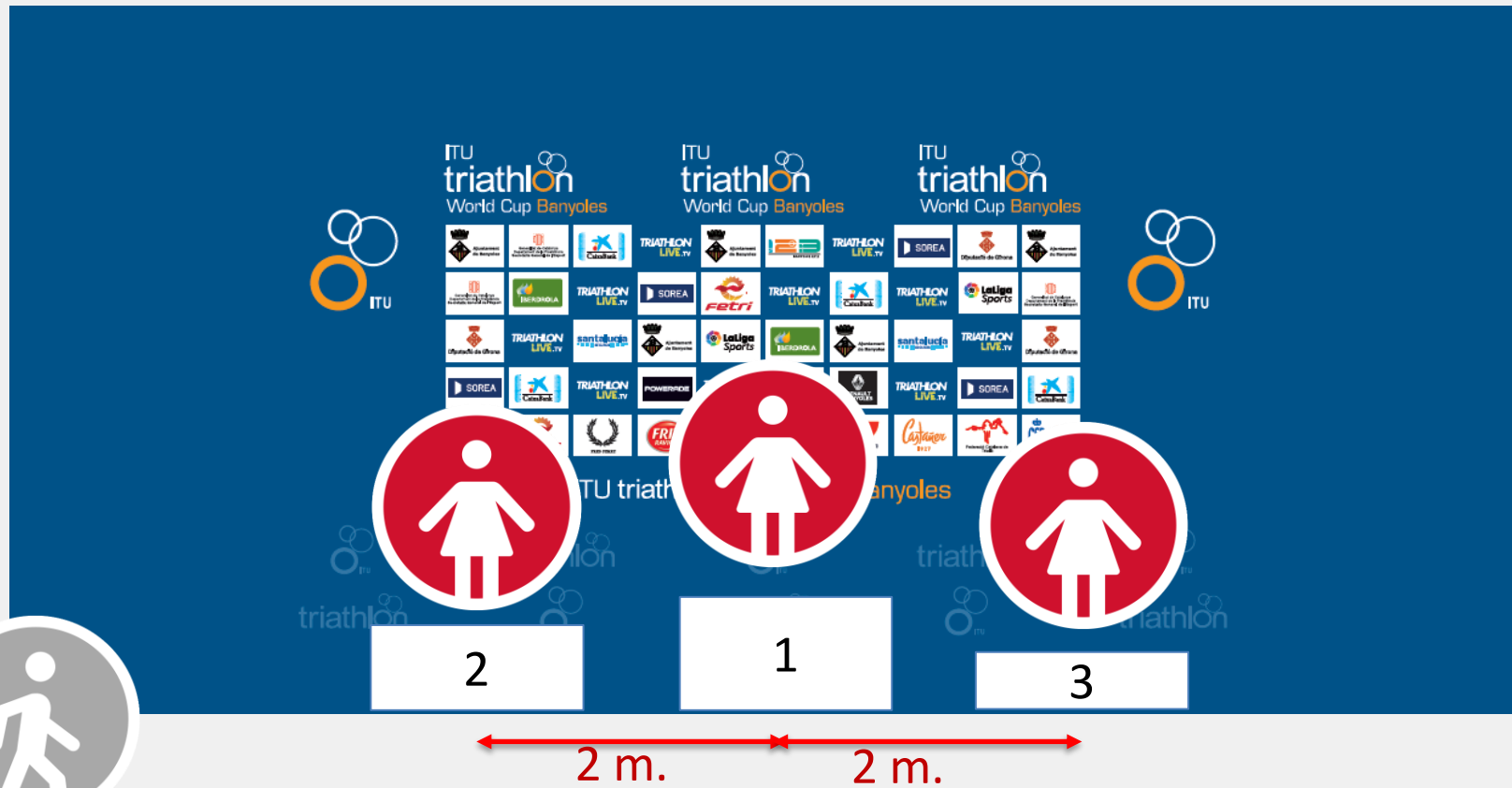


- 🏆 La zona de entrega de medallas deberá tener el perímetro completamente cerrado.
- 🏆 Se deberán prever 6 sillas ordenadas respetando la distancia social, para permitir a los deportistas estar sentados mientras esperan su turno.
- 🏆 Solo habrá entrega a 3 primeros y 3 primeras clasificados/as.
- 🏆 La salida será por el lugar contrario al de la entrada, para evitar los cruces de ida y vuelta
- 🏆 Solo podrán permanecer en esta zona los deportistas que vayan a subir al podio, las autoridades que realizarán las entregas y el personal de staff y voluntarios que gestionen las entregas
- 🏆 Solo los medios de comunicación acreditados, podrán permanecer en la zona designada para la entrega



- 🏆 Un voluntario prepara los trofeos/ medallas en una bandeja. Debe llevar guantes y mascarilla.
- 🏆 Los trofeos/ medallas se ponen sobre una bandeja. La autoridad coge la bandeja y la ofrece para que cada deportista coja su trofeo o medalla.
- 🏆 El voluntario desinfecta la bandeja entre podios.
- 🏆 Una sola autoridad por cada podio que se entrega. Debe llevar mascarilla salvo en caso de fotografía, que se permite retirarla momentáneamente.
- 🏆 Deportistas con mascarilla que se quitarán para la foto oficial.
- 🏆 No habrá entrega de flores, ni podio conjunto, ni champán.

 No hay entregas de premios a los clubes



Casos de éxito



Tirada: 5.178	Diario de Pontevedra	Galicia Diaria	Superficie: 69 cm ²	Ocupación: 7,94%	Valor: 184,81 €	Página: 38	1 / 1
Difusión: 4.461							
Audiencia: 15.613	General	1ª Edición: 25/08/2020					
Ref: 12088001							

Pontevedra, ejemplo de organización de competiciones al aire libre

REDACCIÓN

PONTEVEDRA. El Campeonato de España de Triatlón Sprint celebrado este fin de semana en Pontevedra ha sido la primera prueba de esta modalidad celebrada tras la pandemia, que a su vez ha sido ejemplo de organización de un evento de competición masivo al aire libre.

Así lo declaró ayer Carme de Silva, la portavoz del gobierno local, quien aseguró que se decidió mantener la prueba porque se garantizaba que las medidas de seguridad iban a ser muy estrictas. De hecho se desarrolló con normalidad y la federación lo que va a hacer con las imágenes de esta prueba es presentar a todas las federaciones de deportes al aire libre como muestra de como hay que organizar un evento al aire libre y de participación masiva con todas las medidas de seguridad.

De esta manera, Da Silva apuesta por la celebración de este tipo de eventos, siempre manteniendo las condiciones habiendo servido una vez más como ejemplo deportivo.



Tirada: 1.036	FARO DE VIGO	Pontevedra	Superficie: 581 cm ²	Ocupación: 66,83%	Valor: 809,3 €	Página: 39	1 / 1
Difusión: 1.402							
Audiencia: 3.626	Galicia Diaria	1ª Edición: 25/08/2020					
Ref: 12087754	General						

TRIAVLÓN

Pontevedra, ejemplo de organización deportiva

La Federación de Triatlón mostrará el campeonato como modelo a seguir

REDACCIÓN • Pontevedra

Pontevedra celebró el pasado fin de semana el Campeonato Español de Triatlón Sprint con dos jornadas que se caracterizaron por las estrictas medidas de seguridad. El evento es el primero a nivel nacional celebrado en la ciudad desde la pandemia y ahora Pontevedra será ejemplo de organización de competiciones deportivas al más alto nivel con las máximas garantías de seguridad en un «vídeo» que elaborará la Federación Española de Triatlón (FETRI).

La portavoz del gobierno municipal, Carme de Silva, informó ayer que «la Federación lo que va a hacer con las imágenes de esta prueba es presentarlas a todas las federaciones de deportes al aire libre como muestra de cómo hay que organizar un evento deportivo de participación masiva garantizando todas las medidas de seguridad necesarias».

La idea final, según indicó Da Silva, es demostrar que «no es necesario que la actividad deportiva y que este tipo de campeonatos queden parados, sino que se pueden hacer manteniendo todas las condiciones de seguridad». La concejal ha indicado que el Campeonato de España de Triatlón, celebrado este fin de semana en la ciudad, se desarrolló con total normalidad y que contó con cerca de 900 participantes inscritos.

Da Silva aseguró que la Federación optó por Pontevedra por «querer este campeonato en esta situación epidemiológica» para hacer un test de la experiencia que Pontevedra tiene en la elaboración de eventos extremadamente multitudinarios con medidas de seguridad.

Además, aprovechó para trasladar desde el Gobierno municipal la felicitación a todos los personas que participaron, desde distintos ámbitos, en el desarrollo del campeonato, desde las empresas de montaje y seguridad que trabaja-



Uno de los participantes en el Campeonato de España Triatlón Sprint. © Gustavo García

ron en el desarrollo de las pruebas hasta los pequeños participantes, pasando por los servicios municipales de Deportes, Policía Local, Protección Civil, y Contratación, y la propia Federación por la confianza depositada en Pontevedra.

Por último, la concejal también tuvo palabras de agradecimiento para la ciudadanía en general «por que entendió la importancia de participar de una forma diferente y observó todas las medidas que se indicaron en cada momento».



Tirada:	9.461	La Voz de Galicia Pontevedra	Superficie: 151 cm ²	Ocupación: 17,51%	Valor: 454,71 €	1 / 1
Difusión:	8.234					
Audiencia:	28.819	Galicia Diaria	General	Valor:	454,71 €	
Ref:	12088014	1ª Edición:	25/08/2020	Página:	6	1 / 1

Triatlón

Pontevedra, ejemplo para los deportes al aire libre

PONTEVEDRA / LA VOZ
Un día después de que concluyese el Campeonato de España de triatlón esprint llegó el momento de reflexionar y de valorar la organización en un año marcado por las estrictas medidas de seguridad para evitar la propagación del coronavirus.
La portavoz del Concello, Carme da Silva, explicó ayer tras la junta de gobierno local que la experiencia de Pontevedra se tomará como ejemplo en otras federaciones para la organización de eventos deportivos al aire li-

bre. «A Federación de Triatlón van a colgar as imaxes desta proba para presentar a tódalas federacións de deportes ao aire libre como mostra de como hai que organizar eventos en aberto cunha participación masiva, como foi este, garantindo tódalas medidas de seguridades», señaló Da Silva.
Más de 900 deportistas de las distintas categorías compitieron entre el sábado y el domingo en las pruebas que integran el Campeonato de España. Un control meticoloso de los participantes

evitó que entrasen en contacto entre ellos durante la prueba, de la misma forma que una sede blindada limitaba el acceso solo a las personas acreditadas, que además tenían que someterse a un control de temperatura.
Extremar precauciones
Se extremaron las medidas de seguridad por parte de los servicios municipales, de las empresas que participaron en el evento y de la propia Federación Española de Triatlón, que tenía en esta fin de semana una prueba

de fuego tras el confinamiento. «Desenvólvese con normalidade e demostra que non é necesario que se queden paradas estas actividades deportivas sempre que se mantengan tódalas condicións», apunta Carme da Silva, que en nombre del Concello quiso agradecer a los ciudadanos su colaboración durante el fin de semana: «Entendeu que había que participar dunha forma diferente. Neste caso fixo falta redobrar os esforzos do servizo municipal para que todo se desenvólvese con normalidade».



Tirada:	9.461	La Voz de Galicia Pontevedra	Superficie: 430 cm ²	Ocupación: 49,86%	Valor: 1.315,29 €	1 / 1
Difusión:	8.234					
Audiencia:	28.819	Galicia Diaria	General	Valor:	1.315,29 €	
Ref:	12085617	1ª Edición:	24/08/2020	Página:	6	1 / 1



Los triatletas se preparan antes de la prueba, que comenzó temprano, entre bambalinas de...



Triatleta en la meta de la prueba.



Un triatleta con un médico en el Campeonato de España.



Triatleta en la salida de la prueba.



Triatletas en la salida de la prueba.

La ciudad disfruta del Campeonato de España más blindado de la historia

Pontevedra retoma el triatlón

RODOLFO S. JARA
POR TRIATLÓN / LA VOZ

Si hay alguna ciudad con experiencia en la celebración de eventos al aire libre, es Pontevedra, pero esta vez le tocó organizar un Campeonato de España maratón por el covid-19. Su experiencia es un modelo de seguridad en el deporte al aire libre. Este fin de semana se celebró el campeonato de triatlón en la ciudad, pero cumpliendo las normas para evitar contagios.
Los aficionados a la disciplina saben que no es a ser fácil poder disfrutar de la prueba año tras año. La organización había pre-

visto una serie de medidas a tomar, completamente blindada, a la que solo se podía acceder con acreditación y después de haber pasado un control de temperatura. Pero aún así, a pesar de las restricciones y de unas medidas de seguridad extremas, la ciudad que acogió a los triatletas gallegos en la primera gran prueba nacional que se organiza después del confinamiento. Ante el nombre de la prueba, los aficionados en su mayoría en el entorno del puerto de San Tiago para ver el comienzo de la competición en un día de calor. Los deportistas salieron con una

temperatura de 20 grados después de que este jueves, la Federación Española de Triatlón convocara la prueba en formato maratón, para evitar que los deportistas estuvieran en contacto durante la competición. De hecho, también prohibió el uso de la bicicleta en la salida de la prueba. Aunque no se podía entrar en la ciudad, desde el Concello se prohibió la asistencia de público al evento, que se mantuvieron las medidas de seguridad, como control de temperatura en los días de la prueba, especialmente de domingo, cuando comenzaron las categorías élite. Más de mil personas vigilaban

la seguridad del recinto y controlaron las entradas de miles de personas. Desde la Policía Local de Pontevedra señalaron que no se registraron incidencias durante los dos días que duró el campeonato. Las restricciones a la movilidad se levantaron ayer por la mañana de los tres días de la prueba con la apertura de toda el área de salida de la prueba, sobre el mismo terreno que Triatlón y el de las Pólibas, que recuperó la normalidad cuando se reanuda la movilidad de la ciudad. Pontevedra amanecerá un día más que el covid no es obstáculo para hacer el triatlón.
Más información en la página 7 de Deportes.

Tirada:	39.517	FARO DE VIGO	Superficie:	586 cm ²			
Difusión:	33.493		Ocupación:	67,4%			
Audiencia:	117.225	Galicia Diaria	Valor:	5.682,4 €			
Ref:	12088006	General	1ª Edición:	23/08/2020		Página:	48



TRIATLÓN ► Campeonato de España Sprint

Pontevedra reactiva el triatlón

Rodríguez Gacio se proclamó campeón de España PTSVI y Otaoleu en PTSVII

REDACCIÓN Pontevedra

Pontevedra abrió las puertas al triatlón este día inaugurando así el primer evento deportivo de este nivel tras el coronavirus. Una semana de actividad que está siendo en la línea de recuperación de la actividad deportiva que se venía realizando en formato presencial para hacer saltar los límites. A las 10:00 horas, la Asociación de Competidores de la Galia de Triatlón Sprint Pontevedra 2020, con las categorías cadetes, las pruebas se disputaron con normalidad en la park location y todas las medidas de seguridad, destacadas por deportistas y técnicos. Miguel Gornall, del Heraldo Valenciano, Andrés Prieto del Fogar y Miguel Reina del Miborco, Santiago el polifacético, así como el veterano de Valdeca, Otaoleu del Lago Peralvo y Fajar fueron los primeros en salir desde el inicio de la competición. El primer grupo de salida fue el de los chicos del Fútbol Club, que se fue protagonista por Carlos Calvo de del Club de Lago Peralvo y San Martín. Después del lanzamiento, los equipos de categoría con Otaoleu del Lago Peralvo y Fajar fueron los primeros en salir desde el inicio de la competición.



Recorrido en bici del Campeonato de España de Triatlón Sprint. © Javier Sainza

REDACCIÓN Pontevedra

A continuación se celebró el Campeonato de España de Triatlón Sprint 2020 con una gran presencia de deportistas nacionales con brillantes resultados en la carrera hacia los primeros lugares. Los primeros en salir fueron los chicos del Fútbol Club, que se fue protagonista por Carlos Calvo de del Club de Lago Peralvo y San Martín. Después del lanzamiento, los equipos de categoría con Otaoleu del Lago Peralvo y Fajar fueron los primeros en salir desde el inicio de la competición.



Deportistas saliendo del agua en las pruebas de grupos por edades. © Javier Sainza

El público que se congregó en la zona de salida fue numeroso, lo que permitió a los deportistas disfrutar de una gran experiencia. El primer grupo de salida fue el de los chicos del Fútbol Club, que se fue protagonista por Carlos Calvo de del Club de Lago Peralvo y San Martín. Después del lanzamiento, los equipos de categoría con Otaoleu del Lago Peralvo y Fajar fueron los primeros en salir desde el inicio de la competición.

El público que se congregó en la zona de salida fue numeroso, lo que permitió a los deportistas disfrutar de una gran experiencia. El primer grupo de salida fue el de los chicos del Fútbol Club, que se fue protagonista por Carlos Calvo de del Club de Lago Peralvo y San Martín. Después del lanzamiento, los equipos de categoría con Otaoleu del Lago Peralvo y Fajar fueron los primeros en salir desde el inicio de la competición.

El público que se congregó en la zona de salida fue numeroso, lo que permitió a los deportistas disfrutar de una gran experiencia. El primer grupo de salida fue el de los chicos del Fútbol Club, que se fue protagonista por Carlos Calvo de del Club de Lago Peralvo y San Martín. Después del lanzamiento, los equipos de categoría con Otaoleu del Lago Peralvo y Fajar fueron los primeros en salir desde el inicio de la competición.

El público que se congregó en la zona de salida fue numeroso, lo que permitió a los deportistas disfrutar de una gran experiencia. El primer grupo de salida fue el de los chicos del Fútbol Club, que se fue protagonista por Carlos Calvo de del Club de Lago Peralvo y San Martín. Después del lanzamiento, los equipos de categoría con Otaoleu del Lago Peralvo y Fajar fueron los primeros en salir desde el inicio de la competición.

Una jornada sin incidencia alguna

La jornada transcurrió sin problemas en un recinto cerrado con todas las medidas de seguridad, en el que se alternaron las áreas de salida, transición y llegada. Desde la salida de los triatletas hasta la llegada de los triatletas, se mantuvo una sede informativa con las últimas noticias de seguridad desde los atletas, tanto los triatletas como los técnicos para acceder a la villa. Así se inició la temperatura y se realizó la medición de la temperatura del agua que se guardó en un gelato. Además todas las personas que desearan el Campeonato desde otros puntos geográficos, será allí (punto que cumple con la normativa de la villa, que obliga al registro de viajeros). Por último, los deportistas tendrán horarios específicos de entrada a la sede.

Hoy, turno para las carreras élite y junior

Hoy se celebró la segunda y última jornada del Campeonato de España de Triatlón Sprint que comienza con las pruebas élite. La mañana se la dedica a las pruebas élite y a las 10:00 horas. Ya a las 11:00 sale la última jornada. Cabe recordar que el recorrido de ambas pruebas pasará a ser compartido para asegurar una mayor medida de distanciamiento social. Una decisión que tiene que tener el pasado jueves la Federación Española de Triatlón para asegurar que se cumplan las medidas de seguridad de la zona de Galicia, que obligan al deporte en muchos otros aspectos, por lo que se espera así las pruebas. El Campeonato termina con la categoría junior masculina por Campos de El Estrecho y femenina donde destacó el triatleta del CN Bata Xacobe Crego, quien se proclamó Campeón de España de su grupo de edad (25-30) y de todos los que se celebró.

Tirada:	5.178	Diario de Pontevedra	Superficie:	653 cm ²			
Difusión:	4.461		Ocupación:	75,1%			
Audiencia:	15.613	Galicia Diaria	Valor:	1.625,59 €			
Ref:	12078355	General	1ª Edición:	20/08/2020		Página:	14



En verde el circuito de natación, en amarillo el de ciclismo y en rojo el destinado a carrera a pie. © Google Earth

O Campeonato de España de Triatlón terá un férreo control en todo o seu circuito

► O operativo de seguridade non permitirá accesos ás zonas onde se efectúan as chegadas, as saídas e as transicións das probas

REDACCIÓN

PONTEVEDRA. Como non podía ser doutra maneira non costoso que segue a estar fortemente condicionado pola pandemia, o Campeonato de España de Triatlón, que se celebrará esta fin de semana en Pontevedra, terá que adaptarse a estas medidas e protocolos de seguridade a covid-19 para poder celebrarse en ningunha consecuencia negativa. Así o manifestaron, na nota de prensa realizada o día de onte no Concello, tanto a concelleira de Seguridade Cidadá, Eva Villaverde, como o responsable de Mobilidade e sede en funcións da

Policía Local, Jesús Cal. Entre os principais novidades deste dispositivo dotado a limitación ao máximo posible da presenza do público, establecendo un circuito pechado e ofrecendo a posibilidade de seguir o desenvolvemento do evento a través de Internet, grazas a un 'streaming' habilitado pola Federación Española de Triatlón (FETRI). A sede pechada establecerase permanentemente entre a zona da Ponte dos Tirantes e a avenida Bos Aires (dirección Norte-Sur), onde se se deben retirar os coches da rúa a partir das 15h de hora

de probas, a sede pechada ampliarase a toda a zona da avenida de Bos Aires, das 5h da rúa Rafael Ansoas e das 22h do propio centro da zona do recinto FETRI e Pazo da Cultura, do campus universitario e dun tramo da avenida de Compostela. No tocante a mobilidade será, permitirase o acceso a residencias e vehículos autorizados a través de varios puntos sinalizados e controlados pola Policía Local. Na zona do mercado municipal e do centro histórico permitirase a circulación sen restricións, mentres que a ponte de Santiago só terá habilitado un carril e será en dirección á saída da cidade. A rúa Luis Otero cambiará de sentido para facilitar a saída cara a avenida de Compostela ou cara Mélico de Bina, a entrada e saída a Avda. Pío Baroja poderá facerse pola Ponte das Palafinas ou pola rúa da Paz. Non se permitirá o acceso de camiións de alta capacidade desde a Ponte das Cometas cara a zona das circunvalacións.

APARCADAIROS. No dispositivo de seguridade e mobilidade inclúense diversos aspectos. O primeiro deles versa sobre o plan de estacionamento, onde se firma na que se dará a proba na tarde do domingo, chegarase a zona de sede permanente, a pechada con

O público poderá seguir o desenvolvemento das probas nun 'streaming' habilitado pola Federación Española de Triatlón

carácter dinámico ampliarase a toda a zona da avenida de Compostela e entre as 8h e as 15h do domingo. Terá unha única porta de acceso, existirá acreditación física e realizarase control facial de temperatura, uso de máscara e lavado de mans con hidroal a todas as persoas á entrada. No día, para dar soporte ás probas de natación, haberá unha embarcación de Protección Civil, unha motonáutica de Bombeiros e catro piraguistas e tres socorristas por parte da organización. O servizo de augas realizará un control previo da calidade da auga e terá un servizo permanente durante a celebración da proba. O día de limpeza, pola súa banda, realizará un control previo e permanente de todo o circuito, antes e durante a realización das probas. Establecerase, tamén, un hospital de campaña dentro da sede permanente, que será complementado con tres ambulancias e dous médicos en mobilidade.

Cabe destacar, ademais, a existencia de 12 'crossing points' na área dos circuitos das tres probas, con controladores para que os postos pechados non se superen e se sexa intercomunicados. Os efectivos dos que se axudará o dispositivo para asegurar o seu correcto funcionamento consistirán de 20 controladores, tres socorristas e un coordinador no control do circuito, 20 controladores durante as probas na sede pechada, 18 controladores nos 12 'crossing points', cinco policías locais con apoio de seis moto-volca, oito efectivos de apoio da Policía Local por quedada e, a maiores, efectivos da Policía Nacional para o control da seguridade.

Tirada:	9.461	La Voz de Galicia Pontevedra	Superficie: 367 cm ²	Ocupación: 42,55%	Valor: 1.122,59 €		
Difusión:	8.234						
Audiencia:	28.819	Galicia Diaria	General	1.122,59 €			
Ref:	12079358	1ª Edición: 20/08/2020	Página: 2			1 / 1	



El plan de seguridad del triatlón será el más estricto de todos los celebrados

Las zonas de salida, llegada y transiciones estarán totalmente cerradas

SEBASTIÁN BARRAL
PONTEVEDRA / LA VOZ

Tanto el Concello de Pontevedra como la Federación Española de Triatlón se juegan mucho con el campeonato que se celebra este fin de semana a orillas del Lérez, ya que será la primera prueba de élite después del confinamiento. Por ello, si habitualmente en este tipo de eventos —y Pontevedra ha acogido unos cuantos en los últimos años— se dispone un plan de seguridad muy estricto, esta vez lo será mucho más, ya que las circunstancias son excepcionales y todo tanto las medidas de seguridad como las de prevención de accidentes, apuntó este miércoles la concejalía de Protección Ciudadana, Eva Vilavedra (BNG), en la presentación del dispositivo.

Lo más destacable es que se va a restringir al máximo posible la presencia de públicos. Para ello, tanto el sábado como el domingo habrá una zona que en el plan se denomina «sede pechada» y a la que solo se accederá con acreditación y tras someterse a controles de temperatura. Esta zona en la conurbación desde el puente de los Tiranos hasta la primera curva en la avenida de Buenos Aires en dirección a Monte Poreiro. Será un espacio totalmente cerrado al público y al tráfico durante las horas de la tarde de hoy, jueves, y las ocho de la tarde del domingo. Es la zona en la que se desarrollarán las salidas y la llegada de las pruebas, así como las transiciones entre las diferentes modalidades.

Además, durante el desarrollo



Jesús Cui, jefe en funciones de la Policía Local, y Eva Vilavedra presentaron ayer el plan de seguridad. s.a.

de las pruebas (desde las 8 de la mañana del sábado hasta las 15 horas del domingo) se situará a esa sede pechada toda la rotunda del puente de Os Tiranos. En el resto de circuito —que esta vez no entra en el centro histórico—, sí podrá haber público siguiendo las pruebas en directo, pero habrá controladas por estas zonas se irá cortando de forma gradual a partir de hoy. Durante el transcurso de las pruebas, se habilitará un solo carril de salida en puente de Santiago. El acceso a la ciudad habrá de hacerse por As Correntes. También, José Malvar tendrá dirección única de salida hacia A Soca y Loureiro Crespo, y el acceso y salida

del barrio de Monte Poreiro será por la avenida de Compostela, avenida de Buenos Aires y puente de Santiago, y entra en el campus para alguna de las categorías y la carrera a pie, por la avenida de Buenos Aires, puente de Santiago, avenida de Compostela y paseo Rafael Arceles.

El tráfico de vehículos por estas zonas se irá cortando de forma gradual a partir de hoy. Durante el transcurso de las pruebas, se habilitará un solo carril de salida en puente de Santiago. El acceso a la ciudad habrá de hacerse por As Correntes. También, José Malvar tendrá dirección única de salida hacia A Soca y Loureiro Crespo, y el acceso y salida

Un amplio dispositivo humano velará por el cumplimiento de los protocolos

«El fin es demostrar que se pueden realizar pruebas deportivas a más alto nivel con todas las medidas de seguridad que se puedan tener», afirmó la concejalía de Protección Ciudadana, Eva Vilavedra. El éxito del evento también dependerá de la responsabilidad e colaboración de la vecindad de Pontevedra, porque todo lo que se haga con éxito nesta cidade foi grazas á colaboración e participación da vecindad e persoas que están xa con máis vontade á hora de aplicar as medidas sanitarias.

Con todo, y para ayudar a que así sea, habrá un amplio dispositivo humano permanentemente en el circuito. Así, habrá 22 controladores, tres jefes de sector y un coordinador a lo largo del circuito y otros veinte controladores en la sede pechada durante el desarrollo de las pruebas. A estas 46 personas hay que sumar otros 80 controladores que cubrirán los 12 puntos de acceso que habrá a lo largo del circuito.

La Policía Local dispondrá de ocho efectivos por campo y cinco más con apoyo de seis motocicletas, y también se cuenta con la colaboración de agentes de la Policía Nacional para el control de la seguridad.

Para dar soporte a la prueba de natación, habrá una embarcación de Protección Civil y otra de Bomberos, ambas con piloto y socorrista, así como cuatro piraguas y tres socorristas más. También se instalará un hospital de campaña de Cruz Roja y se cuenta con tres ambulancias y dos médicos en moto.



Tirada:	9.461	La Voz de Galicia Pontevedra	Superficie: 324 cm ²	Ocupación: 37,57%	Valor: 991,06 €		
Difusión:	8.234						
Audiencia:	28.819	Galicia Diaria	General	991,06 €			
Ref:	12077700	1ª Edición: 19/08/2020	Página: 6			1 / 1	

La competición se adaptará con limitaciones de aforo, participación y horarios

El triatlón regresa esta semana a Pontevedra a puerta cerrada

XACOBRE LAMAS
PONTEVEDRA / LA VOZ

La situación sanitaria no impedirá que varios de los mejores atletas nacionales se reúnan este fin de semana en la Bosa Vela. El Campeonato de España de Triatlón Sprint se celebrará este año en Pontevedra, siendo el primer gran torneo desde el confinamiento a nivel nacional. Pero se hará con medidas de seguridad específicamente preparadas para las circunstancias actuales. La competición se desarrollará a puerta cerrada, en un recinto delimitado que se extenderá desde Ponte de Tiranos hasta Monte Poreiro, en el que solo podrá entrar el personal autorizado. Lo explicó Jorge García, Director de Competiciones de la Federación Española de Triatlón (FETri).

No es esta la única medida excepcional adoptada, aunque sí la más llamativa. El trazado de las pruebas se limitará al entorno del río Lérez, evitando adentrarse en el centro de la ciudad, como era costumbre. Los horarios de las mismas también han sido diseñados para limitar evitar aglomeraciones. Así, se distribuirán las pruebas entre el sábado, a lo largo de toda la jornada, y el domingo por la mañana, que será cuando se celebren las pruebas de élite. Además, se ha decidido limitar el número de inscripciones posibles con respecto a otros años, habiendo únicamente 300 plazas disponibles para las pruebas del sábado.

Aunque no se podrá entrar en el recinto, el alcalde Miguel Anxo Fernández Lores (BNG) declaró que si se permitirá la asistencia de público siempre que se mantengan las medidas sanitarias, lo que se encargará a Policía Local y otros servicios de seguridad. En todo caso, las pruebas podrán ser seguidas vía streaming.



Los gallegos Saleta Castro y Antonio Serrán asistieron a la presentación de la competición. RAFAEL LERO

El regidor pontevedrés aseguró que uno de los motivos que llevó a tomar la decisión de comenzar adelante con la organización del evento fue la confianza que el Presidente de la FETri, José Hidalgo, depositó en el Concello: «Chegou a dicir que, se non se celebra esta proba en Pontevedra, pecharíase a temporada de triatlón en España para o que resta de anos. Jorge García apoiou, afirmando que así desde a Federación queremos facer un evento de máximo nivel e seguro, sabemos que debemos facerlo en Pontevedra».

Por su parte, el teniente de alcalde y concejal de Deportes, Tiago Fernández (PSOE) destacó la labor innovadora del Concello, que ha venido desarrollando fórmulas alternativas para la celebración de eventos. Remarcó apostando que «mientras nosotros otros non deixan de caerse probas, aquí vai poder celebrarse o Campionato de España. Estamos facendo ben as cousas».

Sin Gómez Noya ni Mario Mola, pero con el resto de la élite nacional de triatlón

Los dos campeones del mundo españoles en triatlón no podrán estar en la ciudad del Lérez debido a que la competición coincidirá en fechas con el Grand Prix de Francia. A pesar de sus ausencias, Jorge García señala que «los triatletas que se podrán ver el sábado y el domingo en Pontevedra conforman una lista de salida de una calidad extraordinaria. Salvo Noya y Mola están todos los grandes nombres del país».

Precisamente, dos de esos nombres estuvieron presentes en el acto de presentación de la competición: el vigués Antonio Serrán y la local Saleta Castro. La pontevedresa remarcó que la competición de este fin de semana será de un suntuoso nivel. Todo un lujo, un privilegio,

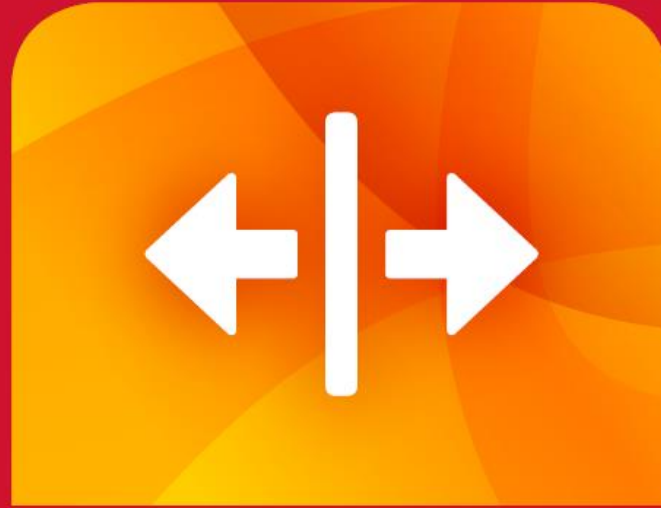
para Pontevedra poder acogerlos. Como prueba de ello apuntó a la presencia ya confirmada de todos sus millares que aspiran a representar a España nos Xogos Olímpicos de 2024. En estos momentos, ya se conoce la participación en la categoría femenina de la actual campeona de España, Tamara Gómez, Miriam Castilla o la ya mencionada Saleta Castro. Entre la categoría masculina, nombres como Fernando Alarza, Iván Raña o el campeón de España en 2019, Alberto González. Y en la lista de salida de la prueba de participación estarán casi todos los candidatos a alcanzar los Juegos Paralímpicos de Tokio, como Susana Rodríguez Gacio, Marta Francés, Jaio Ruiz o Héctor Catalá.

Señalización Específica



**Esperare aquí
su turno**

**MANTENGA LA DISTANCIA
DE SEGURIDAD DE
2 METROS**



Mantenga
la **distancia de
seguridad**



Deposita
la **mascarilla**



Uso obligatorio de
maskarilla



Servicio mecánico
autoservicio



Medición **temperatura**
y nivel de
saturación oxígeno

Fetri

Mantenga la
distancia de seguridad de
2 METROS



Fetri

Mantenga la
distancia de seguridad de
2 METROS



Fetri

Mantenga la
distancia de seguridad de
2 METROS



Labores de montaje y desmontaje

- 🏊 Cada trabajador debe dedicarse a unas funciones específicas y no realizar funciones en general.
- 🏊 El trabajo se distribuirá individualmente o por parejas fijas cuando sea necesario. Este trabajo por parejas será el más utilizado y siempre que sea necesario más personal, se registrará por la suma de las mismas parejas.
- 🏊 Se priorizará la realización del trabajo guardando la distancia de seguridad recomendada, utilizando la mascarilla cuando no se pueda guardar la distancia de seguridad.
- 🏊 Será **obligatorio el uso de guantes de trabajo** salvo trabajos en los que, por sus características, no se puedan utilizar. Estos serán rociados de desinfectantes después de cada trabajo.
- 🏊 Ropa de trabajo: se cambiarán de ropa de trabajo todos los días.
- 🏊 Herramientas: cada operario tendrá su herramienta que no compartirá con el resto.

- 🌞 Los desplazamientos en vehículos se llevarán a cabo cumpliendo la legislación determinada por la autoridades competentes en el momento y priorizando el transporte conjunto de las parejas de trabajo.
- 🌞 Para los viajes en transporte público, se seguirán las normativas aplicables para la prevención del contagio de la COVID-19.
- 🌞 En los alojamientos, igualmente, se cumplirá con la legislación vigente en ese momento, y se priorizará en su caso el alojamiento común de las parejas de trabajo.
- 🌞 Para las comidas se priorizará el consumo de comida propia o pic-nic en espacios abiertos y separados, siendo permitida la restauración en restaurantes intentando acudir de forma escalonada y en grupos pequeños.

- 🏊 Carga y descarga del material en el almacén.
- 🏊 Carga y descarga del material en el almacén.
- 🏊 Montaje:
 - 🏊 Segmento de ciclismo.
 - 🏊 Segmento de carrera.
 - 🏊 Meta y Post-meta.
 - 🏊 Otras zonas.
- 🏊 Tratamiento del material una vez finalizado el uso.

- 🌞 El material debe estar paletizado siempre que sea posible para evitar al máximo la manipulación de la carga.
- 🌞 La carga y descarga debe llevarse a cabo mediante medios mecánicos siempre que sea posible (traspaleta o carretilla).
- 🌞 El paletización del material se hará por áreas de trabajo, así como la carga de los vehículos.
- 🌞 Se intentará que cada vehículo sea cargado y descargado por el mismo personal, a poder ser parejas de trabajadores, que también se encargarán de esa parte del montaje.

- 🌞 Se registrará por los mismos principios que en el almacén.
- 🌞 Si existe almacén centralizado, habrá una persona que recepcionará el material y se encargará de su distribución.
- 🌞 Si el traslado se hace por áreas de trabajo y con los operarios, se irá directamente al área de trabajo y se realizará el montaje.







- 🚗 El montaje suele corresponder a material de señalización, conos, cinta de balizar y vallados.
- 🚗 Se realizará por equipos de dos trabajadores, conductor y operario, que llevarán mascarilla.
- 🚗 El conductor será el mismo y se quitará los guantes de trabajo para conducir, limpiándose las manos con gel hidroalcohólico frecuentemente. Se limpiarán las partes del vehículo de contacto en cada jornada de trabajo.
- 🚗 Cada operario llevará su material de trabajo, cinta de balizar, bridas, herramienta, etc., y no la compartirán.

- 🌀 Es similar al montaje de ciclismo, pero a veces se realiza caminando, lo que disminuye el riesgo para mantener las distancias de seguridad.
- 🌀 Se deben seguir las mismas indicaciones de uso de guantes y compartición de material que para el montaje de ciclismo.





- ☀ Incluye el montaje del arco de meta, recta de meta, moqueta, publicidad, carpas, etc.
- ☀ El montaje y desmontaje del arco debe realizarse entre dos operarios. Se intentará montar y desmontar con carretilla elevadora siempre que se pueda.
- ☀ El montaje y desmontaje de la publicidad se hará de forma individual y cada operario llevará sus propias bridas y alicates.
- ☀ El montaje de las vallas se hará por dos operarios.
- ☀ La moqueta se podrá colocar por más de 2 operarios cuando sea preciso, pero siempre guardando las distancias y utilizando cada operario su herramienta.
- ☀ Las carpas se montarán entre dos operarios.

- 🌞 Zona de premiación: la trasera y el podio se montará por dos operarios.
- 🌞 Almacén: se evitará, siempre que se pueda, tener un almacén de uso común. Se intentará que cada vehículo lleve las estructuras a montar junto con las herramientas y el material necesario. Si fuese necesario el almacén, se debería haber un responsable que entregue y recepcione el material, encargándose de su desinfección si fuese necesario.
- 🌞 Megafonía: será también montada por uno o dos operarios y se encargarán de desinfectar frecuentemente monitores de uso común.

Debe fumigarse antes de su desmontaje con desinfectante:

-  Barras de transición
-  Arco de meta
-  Pancartas de publicidad
-  Moqueta
-  Paredes de carpas
-  Cajas de transición

Tiempos de desmontaje:






-  El desmontaje debe realizarse una vez pasado el tiempo de acción del desinfectante tras la fumigación.
-  Si intentará retrasar el máximo tiempo posible.
-  El material no tendrá que ser desinfectado posteriormente en el almacén.
-  Solo deberá ser desinfectado el material que pudiese ser utilizado los días posteriores.

Debe desinfectarse en el almacén:




- 🏆 Señalización
- 🏆 Cajas de transición (si no se hubiesen podido desinfectar bien tras la competición y se fuesen a utilizar en menos de 2 semanas)
- 🏆 Herramienta si es de uso común.
- 🏆 Interior de vehículos.

Oficiales

Control de material

-  Se realizará con sistemas electrónicos siempre que sea posible.
-  Se habilitarán pasillos cerrados de 1'5 metros de longitud en el que:
 -  Al principio del mismo se colocará un oficial que realizará la revisión visual de la bicicleta y medición del acople y la foto de la uniformidad.
 -  Al final del pasillo (en el extremo que accede a transición), otro oficial realizará la identificación mediante sistemas electrónicos
-  Se deberán habilitar al menos 4 pasillos de control de material separados entre ellos 1,5 metros. Este número se deberá incrementar en función del volumen participación y horarios de acceso.

Oficiales en salida tipo “*Rolling Start*”

-  No habrá oficiales en las puertas de acceso. El deportista será responsable de acceder a su cajón de salida.
-  Habrá un oficial por pasillo de salida, pero siempre colocado en un lateral del pasillo y el deportista será responsable de salir cuando suene el pitido.
-  La separación entre pasillos deberá ser de 1,5 m.



Oficiales en transición




Se mantendrá un mínimo de 4 oficiales dentro de la transición debiendo colarse a un mínimo de 1,5 m de distancia respecto a las barras en las que se encuentren en ese momento los deportistas.



En las líneas se colocaran unas banderolas que indiquen el lugar de montaje y desmontaje. En esa posición habrá un oficial, dejando 1,5 m. de distancia sobre los deportistas para controlar y hacer rectificar a los deportistas que incumplan la norma de las líneas.


Oficiales en ciclismo

-  Se mantendrá un mínimo de oficiales para el control del “*Drafting*”. Cada oficial traerá su propio casco facilitado por la Federación.



Oficiales Control de Paso

-  Esta función debe sustituirse por mecanismos electrónicos como mantas

Oficiales carrera a pie







-  Se mantendrá un mínimo de 2 oficiales. Se colocarán siempre a un mínimo de 10 metros del deportista. La bicicleta que utilicen ha debido ser desinfectada previamente y se valorará que traigan la suya propia. Mientras estén realizando el ejercicio el uso de la mascarilla no será obligatorio.










Oficiales en meta ("*backup*")

-  Se quedará un único oficial que deberá utilizar grabadora de audio para la recogida de los dorsales
-  Se deberá colocar una cámara fija con pie, gestionada por el oficial que grabará todas las llegadas.

Material	Observaciones
Teléfono(s) móvil(es) con datos activados y sistema de llamadas bloqueado para “check – in” y “check out”, en número suficiente para garantizar la fluidez de los procesos	En el caso de eventos gestionados por Federaciones que tengan este sistema habilitado. Los oficiales asignados podrán decidir hacer uso del suyo propio, o de la Federación correspondiente
Banderolas verdes (x2 – línea de montaje) y Banderolas rojas (x2 – línea de desmontaje)	Para colocar a los extremos de las líneas
Cámara con trípode	Para la grabación de las entradas en meta
Grabadora	Para la grabación de las entradas en meta
Tablet	Para la grabación de las líneas de montaje y desmontaje

Medidas de Higiene y Sanitarias

-  Prohibir la ingestión de alimentos, bebidas o tabaco en los lugares de riesgo (solo se puede hacer en las zonas habilitadas a dicho efecto y con las normas establecidas).
-  Dotar de los EPIs que las autoridades sanitarias recomienden adecuadas a cada puesto.
-  Disponer de baños con antisépticos para su uso.
-  Lavarse las manos antes y después de comer y al empezar y finalizar la labor designada.
-  Lavar o desechar los equipos de protección individual con seguridad.
-  NOTA: Para el lavado de manos hay que implementar varios puestos identificados con gel desinfectante o agua y jabón, y papel.







-  Deportistas (incluidos los técnicos y delegados de clubes)
-  Personal de organización (Staff)
-  Voluntarios
-  Oficiales
-  Sanitarios
-  Medios de comunicación
-  Espectadores
-  Autoridades
-  Otros

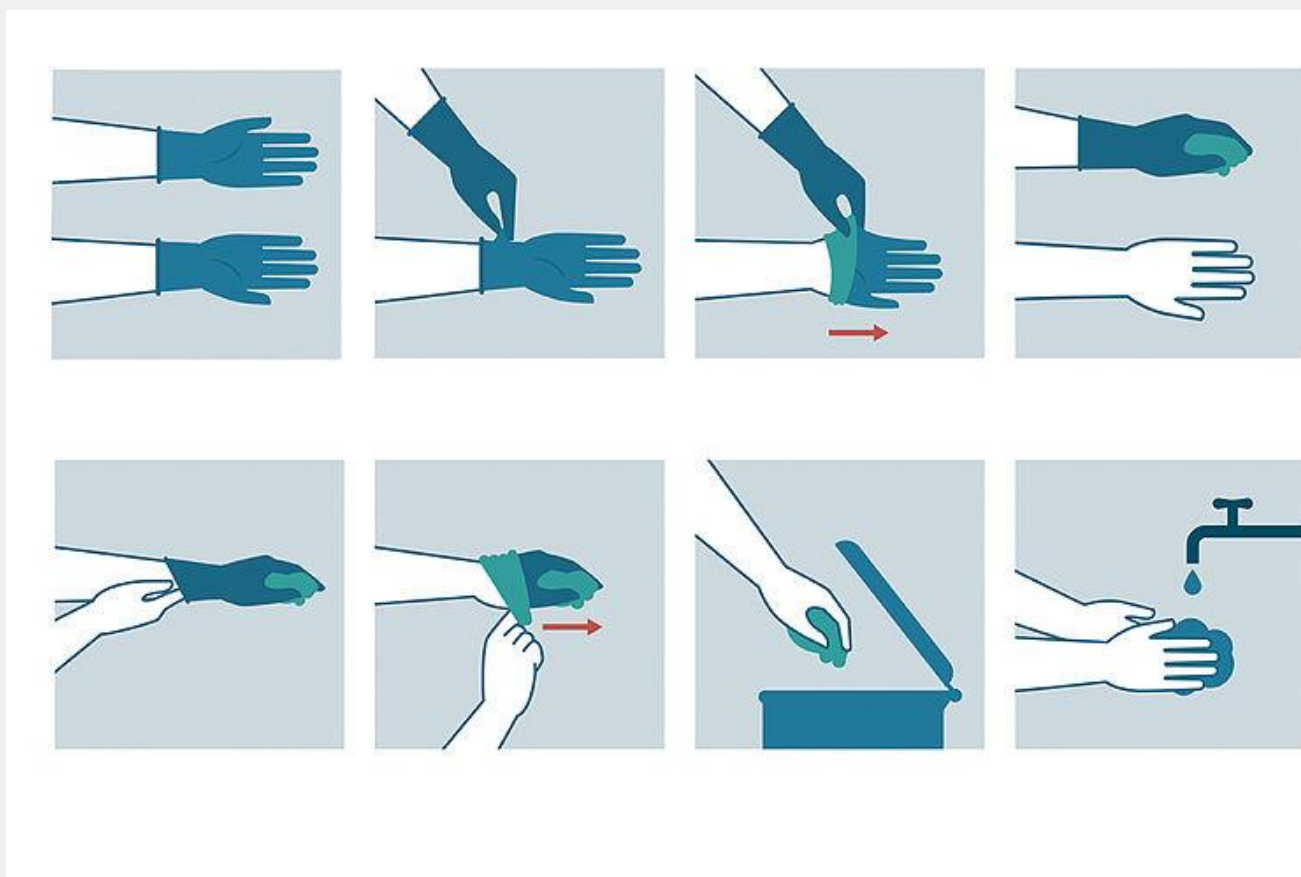
¿CÓMO DEBO LAVARME LAS MANOS?



40-60"










-  Lávate las manos antes de ponértelos.
-  Ponte el guante tirando desde la parte trasera de éste sin tocar la parte de los dedos o la palma.
-  Evita tocarte la cara, incluida la mascarilla si la llevases.
-  Quítatelos según la figura siguiente.
-  Deséchalos después de su uso.
-  Lávate las manos después de quitártelos.



CÓMO QUITARSE LOS GUANTES CON SEGURIDAD

- 
- 1** Pellizca el guante en la muñeca. Evita tocar la piel.
- 
- 2** Retira el guante totalmente.
- 
- 3** Recoge el guante con la otra mano manteniéndolo sujeto y arrugado.
- 
- 4** Deslizamos dos dedos dentro del segundo guante. **No tocar la parte exterior del guante.**
- 
- 5** Retiramos el segundo guante.
- 
- 6** Una vez nos quitamos los guantes, **los desecharmos en una papelera con bolsa de plástico y la cerramos. Lavamos las manos.**

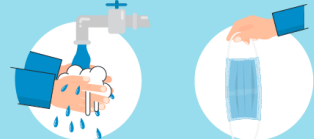
Las mascarillas pueden ser de autoprotección FFP2 o 3 y tipo quirúrgicas que evitan el contagio a terceros.

-  Lávate las manos antes de ponértela.
-  Cubre totalmente la boca, nariz y barbilla con ella.
-  Evita tocar la mascarilla mientras la llevas puesta.
-  Desecha la mascarilla cuando esté húmeda o mojada.
-  Para quitártela, hazlo por la parte trasera evitando tocar la parte frontal.
-  Lávate las manos después de usarla.
-  **HAZ UN USO RESPONSABLE Y ADECUADO PARA NO CONTRIBUIR AL DESABASTECIMIENTO.**

HOW TO WEAR A MEDICAL MASK SAFELY

who.int/epi-win

Do's →



Wash your hands before touching the mask

Inspect the mask for tears or holes



Find the top side, where the metal piece or stiff edge is



Ensure the colored-side faces outwards



Place the metal piece or stiff edge over your nose



Cover your mouth, nose, and chin



Adjust the mask to your face without leaving gaps on the sides



Avoid touching the mask



Remove the mask from behind the ears or head



Keep the mask away from you and surfaces while removing it



Discard the mask immediately after use preferably into a closed bin



Wash your hands after discarding the mask

Don'ts →



Do not Use a ripped or damp mask



Do not wear the mask only over mouth or nose



Do not wear a loose mask



Do not touch the front of the mask



Do not remove the mask to talk to someone or do other things that would require touching the mask



Do not leave your used mask within the reach of others



Do not re-use the mask

Remember that masks alone cannot protect you from COVID-19. Maintain at least 1 metre distance from others and wash your hands frequently and thoroughly, even while wearing a mask.

Uso de mascarillas médicas o quirúrgicas en población general

La mascarilla médica o quirúrgica es un **producto sanitario homologado** que limita la salida de las gotas respiratorias, por lo que previene la transmisión del virus a otras personas

En ciertas situaciones indicadas, también puede protegerte si la usas correctamente y siempre añadida a las **medidas de prevención**. Y recuerda: si tienes síntomas, quédate en casa y aíslate en tu habitación



¿Quién debe usarlas?

Personas con síntomas o diagnóstico de COVID-19

Personas que han estado en contacto estrecho con alguien con COVID-19 en los últimos 14 días

Cuidadores de personas con COVID-19

Población vulnerable: mayores, con hipertensión, diabetes, enfermedades cardiovasculares o pulmonares crónicas, cáncer, inmunodeprimidos y embarazadas

¿Cuándo?

➔ Al entrar alguien en su habitación o al recibir cuidados

➔ Cuando están con los convivientes en la casa y si tienen que salir a la calle (p. ej. para asistencia sanitaria)

➔ Al atender al paciente a menos de 2 m.

➔ Al salir a la calle o estar en contacto con otras personas

Haz un uso responsable de esta mascarilla para que quienes la necesiten puedan utilizarla

¡Úsala correctamente para evitar riesgos!

Lávate las manos antes de ponértela y evita tocarla mientras la llevas

Siempre debe cubrir boca, nariz y barbilla

Deséchala cuando esté húmeda y no las reutilices si no se indica que puedes

Quítatela por la parte de atrás, sin tocar la parte frontal, deséchala en un cubo cerrado y lávate las manos



- ☀ Para cualquier consulta relacionada con este documento y la implementación de medidas preventivas, se debe contactar con la Federación Española de Triatlón:
 - ☀ Jorge García – jorge.garcia@triatlon.org
 - ☀ Amancio del Castillo – direccion.logistica@triatlon.org

- ☀ Este documento ha sido desarrollado incluyendo referencias de documentos publicados por las siguientes instituciones
 - ☀ Ministerio de Sanidad ([información aquí](#))
 - ☀ Organización Mundial de la Salud ([información aquí](#))
 - ☀ International Triathlon Union ([información aquí](#))