



# **PROTOCOLO COVID-19 DE REINICIO PARA LA PRACTICA DEL SQUASH**

**Sobre la base del:**

**PROTOCOLO DE SEGURIDAD PARA LA REAPERTURA DEL  
SQUASH EN PAÍSES MIEMBROS DE LA CONFEDERACIÓN  
SURAMERICANA DE SQUASH EN LA ERA DEL SARS-CoV-2  
(COVID-19).**



Argentina, 10 de Mayo 2020



## I. Introducción.

A raíz de la Pandemia por el COVID-19, declarada por la Organización Mundial de la Salud (OMS), el gobierno Argentino declaró el Aislamiento Social Preventivo y Obligatorio mediante Decreto 297/2020 a partir del 20/03/2020.

En este contexto, la **Confederación Suramericana de Squash (CSS)**, elaboró el **Protocolo de seguridad para la reapertura del Squash en países miembros**, que se encuentra disponible y forma parte del presente documento.

La AASR elaboró el presente documento a los fines de dar un marco general y pautas a ser consideradas por las distintas Asociaciones Provinciales, Clubes Deportivos y Gimnasios de todo el país para facilitar el retorno de manera progresiva a los entrenamientos y aperturas de las canchas a medida que los distintos organismos lo autoricen.

## II. Covid-19: Información de importancia para el squash

A continuación se resumen aspectos básicos de la pandemia que afectan la actividad deportiva y que son los condicionantes para las acciones de mitigación y preventivas que se proponen en el presente documento:

### a) Transmisión del COVID-19

- Por contacto con otra persona que esté infectada por el virus. La enfermedad puede propagarse de persona a persona a través de las gotitas que se expelen en la tos o estornudos  
Estas gotitas caen sobre los objetos y superficies de modo que otras personas pueden contraer el COVID-19 si tocan estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca.
- También pueden contagiarse si inhalan las gotitas procedentes de la nariz o la boca que haya esparcido una persona con COVID-19 al toser o exhalar. Por eso es importante mantenerse a más de 1-2 metros de distancia de una persona que se encuentre enferma. Esta distancia es hoy reconocida como la distancia social que hace parte esencial de la estrategia de control del Covid-19 en la comunidad.

### b) Síntomas que revelan la infección por el Covid-19

Los síntomas más relevantes son:

- Malestar general
- Dolor de cabeza
- reducción y/o pérdida del olfato y del gusto
- Fiebre
- Tos seca
- Diarrea y malestar gastrointestinal
- Dificultad para la respiración



Estos síntomas pueden aparecer entre 2 a 14 días después de la exposición a un paciente enfermo o entrar en contacto con el virus en superficies contaminadas con el Covid-19

### **c) Superficies y permanencia del Covid-19**

El tiempo estimado de permanencia del virus en distintas superficies que son comunes en las áreas deportivas son:

- Aluminio: 2 a 8 horas.
- Aire: 3 horas.
- Cobre: 4 horas
- Guantes quirúrgicos: 8 horas
- Cartón: 24 horas
- Acero: 48 horas
- Madera: 4 días
- Vidrio: 4 días
- Papel: 4 a 5 días
- Plástico: 5 días.

## **III. Objetivo y Alcance**

El objetivo del presente documento es proporcionar las guías básicas para el retorno de la práctica del Squash en medio de la afectación de la pandemia del COVID-19 a nivel mundial, definiendo las pautas de aplicación antes, durante y después de la práctica de la actividad física y de esta manera prevenir, contener y mitigar la transmisión del virus de persona a persona.

El presente protocolo tiene como alcance proporcionar una referencia a las Asociaciones Provinciales, Clubes y Gimnasios donde se desarrolla la práctica del Squash a nivel nacional. Es de aplicación exclusiva para la práctica del Squash y deberá ser complementada y adaptada a las necesidades locales cumpliendo con los protocolos sanitarios de cada región y lo que cada entidad considere apropiado.

## **IV. Protocolo de seguridad para la reapertura de las canchas de squash.**

La apertura de canchas de squash se realizará bajo las normas y en los plazos establecidos por las autoridades Nacionales, Provinciales y/o Municipales correspondientes.

El proceso de reapertura será gradual y dependiente del contexto del Covid-19 en cada región del país.

- Se establece un máximo de dos personas por cancha, resultando un factor de ocupación superior a 60 m<sup>2</sup>, dado que la cancha tiene una superficie de 62,4 m<sup>2</sup>.



- Podrán ingresar a la cancha un jugador. El jugador será el único en contacto con la pelota y podrá practicar ejercicios de control individuales, acompañado por su entrenador, que se ubicará detrás del vidrio fuera de la cancha y podrá únicamente impartir ejercicios técnicos, sin tener contacto con la pelota, y respetando la distancia social requerida entre ellos.
- En el caso que 2 jugadores formen parte del mismo hogar, convivan en el mismo domicilio y cumplieren la cuarentena juntos, podrán jugar sin condicionamientos entre ellos.
- Cada persona deberá contar con un kit de desinfección.
- Antes de iniciar el juego se deben limpiar las canchas con los desinfectantes recomendados y una vez terminada la práctica desinfectar nuevamente.
- En la limpieza de las canchas se debe prestar especial atención a la limpieza de vidrio posterior, paredes laterales, perillas de las puertas, superficies planas (ver punto II-c, tiempo de permanencia de virus en materiales),
- Sólo podrán ingresar a las instalaciones jugadores, entrenadores y personal de limpieza e higiene. Las personas que ingresan deberán realizar una medición de temperatura con termómetro infrarrojo o similar impidiendo el ingreso al que tenga 37,5 °C o superior. Será de uso obligatorio el barbijo dentro de las instalaciones.
- Se debe llevar un registro diario de todos los jugadores / personal que asistió a la instalación, así como la hora de entrada y la hora de salida para tener la posibilidad de seguimiento en caso de contagios potenciales.
- Para el armado de los turnos se deben considerar los intervalos necesarios para permitir que los jugadores terminen y abandonen el área, luego se realizará la desinfección correspondiente y posteriormente ingresará el próximo turno.
- Las instalaciones que cuenten con más de una cancha, deberán implementar los turnos de tal modo que no se ingrese en las distintas canchas en los mismos horarios para reducir de esta manera las aglomeraciones dentro de las instalaciones.
- No estará permitido el “tercer tiempo” y no estarán disponibles en las instalaciones dispenser de agua, vasos, toallas. Los jugadores deberán llevar sus propios elementos de hidratación e higiene.
- No estará habilitados los vestuarios ni duchas, el jugador deberá llegar con la vestimenta deportiva y retirarse inmediatamente terminado su turno de cancha.

## **V. Protocolo para el entrenamiento y juego.**



- Los jugadores no deben permanecer fuera de la cancha antes o después de un partido o entrenamiento.
- Los jugadores deben desinfectar manos, bola, raqueta y lentes antes de comenzar el juego.
- Se debe desinfectar el calzado de calle, las zapatillas de squash deben transportarse en el bolso y utilizarlas para ingresar a la cancha.
- Las pertenencias del jugador y/o entrenador deben ubicarse en extremos opuestos de la cancha.
- Los jugadores deben evitar tocarse la cara y los ojos durante la sesión. Si las gafas necesitan ser limpiadas, debe usarse el kit de desinfección apropiado traído por el jugador.
- Se deberá mantener la ventilación en las áreas de squash abriendo ventanas y puertas.
- No se debe usar el vidrio o las paredes para secarse las manos.
- No se deben colocar toallas, ropa transpirada ni cualquier otro objeto de uso personal en bancos, sillas, mesas o el perímetro cercano a la cancha, deberán permanecer en todo momento dentro del bolso de cada jugador.

## **VI. Escuelas de Menores y Entrenamientos.**

Para la apertura de escuelas de menores, en la primera fase de retorno a la práctica del Squash se recomienda:

- Clases de máximo un profesor y un alumno en cancha; a no ser que los mismos formen parte del mismo hogar, conviven bajo el mismo domicilio, y/o cumplieren la cuarentena juntos.
- Las escuelas se registrarán bajo los mismos protocolos del presente documento, y en concordancia con las disposiciones del Gobierno Nacional, el entrenador deberá encargarse del cumplimiento estricto del mismo.

## **VII. Recomendaciones.**

- Cuando fuera necesario el traslado para llegar al club, se deberá evitar en la medida de lo posible el transporte público. En el caso que el recorrido se realizare en vehículo particular el mismo deberá ser sin acompañantes
- No compartir botellas o vasos de líquidos entre los jugadores y/o entrenadores independientemente del círculo familiar.



- Se debe Evitar el contacto físico con sus compañeros/as: eliminar apretón de manos, abrazos y cualquier otro tipo de contacto.
- En la entrada de cada cancha utilizar dos trapos de piso: uno con agua con lavandina y uno seco.
- No dejar ningún tipo de objeto de uso personal o desuso en las instalaciones, como ser, ropa, botellas, grip usado, bola pinchada, etc.

Carlos Mammana  
Presidente A.A.S.R.