



GUÍA

**Retorno seguro al Hockey
en vista de la pandemia del COVID-19**

19 DE MAYO DE 2020

PREÁMBULO

La siguiente guía es en consecuencia de la pandemia mundial del COVID-19 y su impacto en las actividades de entrenamiento de hockey. El siguiente documento es una herramienta de base mínima de estándares, para ver "cómo" la reintroducción de la actividad deportiva ocurrirá de manera cautelosa y metódica, basada en la mejor evidencia disponible para optimizar la seguridad de los atletas y la comunidad. Los principios descritos en este documento se aplican igualmente al deporte de alto rendimiento / nivel profesional, a la comunidad competitiva y al deporte pasivo (sin contacto) individual. Las decisiones sobre el momento de la reanudación (el "cuándo") de la actividad deportiva deben tomarse en conjunto con las autoridades federales, estatales / territoriales y / o locales de salud pública. La prioridad en todo momento debe ser preservar la salud pública, minimizando el riesgo de transmisión comunitaria.

1. INTRODUCCIÓN

Este documento ha sido elaborado por la Federación Internacional de Hockey (FIH) para ayudar a todos en la familia del hockey durante la pandemia del COVID-19 y para guiar un regreso seguro al hockey.

Este documento está dirigido a la comunidad del hockey. Jugadores, entrenadores, oficiales, staff, administradores y voluntarios. Todos somos parte de la sociedad y la mayoría de las medidas necesarias para combatir el COVID-19 comienzan en la comunidad y en el hogar. La infección viral no diferencia entre personas o lugares. La estricta observancia de las medidas en el trabajo y en las instalaciones del equipo pueden deshacerse en el hogar o en situaciones sociales. Analizaremos algunos de los detalles que todos debemos cuidar en nuestra vida cotidiana.

Las Federaciones Continentales, las Asociaciones Nacionales y los clubes deben usar estas guías para crear políticas para el retorno a la actividad dentro de sus propias áreas. Al hacerlo, todos deben asegurarse de cumplir con las leyes locales (incluidas las leyes de salud y seguridad y la legislación específica del COVID-19) y cualquier política implementada por el gobierno o las autoridades locales. Cada organización debe monitorear los cambios a dicha legislación y políticas y enmendar sus propias políticas según sea necesario para garantizar que la comunidad del hockey en su área aplique las mejores prácticas y cumpla con los requisitos locales.

Considere la oportunidad de utilizar embajadores del hockey para promover el mensaje. Es responsabilidad de todos contribuir a un regreso exitoso al deporte.

2. COVID-19

La enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19) es una pandemia mundial en curso causada por el coronavirus 2 del síndrome respiratorio agudo severo (SARS-CoV-2). Este virus parece ser altamente infeccioso y actualmente no tenemos un tratamiento efectivo para él. La mayoría de las personas (80%) que están infectadas tienen síntomas leves, algunas no tienen ningún síntoma. Debido a que este es un virus nuevo, hay muchas cosas que no sabemos al respecto. Sin embargo, al igual que otras infecciones virales, sabemos que muchas personas infectadas son infecciosas hasta 2 días antes de tener síntomas. Esto significa que es fácil propagar esta enfermedad antes de darse cuenta que la tiene.

Mientras que la mayoría de los que se vuelven sintomáticos se pueden controlar en el hogar, entre el 15 y el 20% de los que contraen el virus no se sienten bien y pueden requerir hospitalización. Un pequeño número (5%) requiere cuidados intensivos, algunos de los cuales requieren soporte respiratorio a través de ventilación. Es más probable que estos pacientes sean hombres, mayores (> 60) y que tengan afecciones subyacentes como enfermedad cardiovascular, hipertensión, enfermedad pulmonar crónica o diabetes.

Se desconoce la tasa de mortalidad exacta asociada con la infección por COVID-19, pero puede ser tan alta como un 1 a 2% general y es más alta en los grupos vulnerables. El COVID-19 probablemente seguirá siendo un virus potencialmente mortal hasta que se desarrolle una vacuna eficaz o un tratamiento médico. Es poco probable que la vacuna esté disponible dentro de varios meses o años.

Las personas más jóvenes y saludables parecen ser menos propensas a desarrollar síntomas graves según los conocimientos actuales. Sin embargo, cualquiera puede propagar la enfermedad infectando a sus seres queridos, sus amigos, colegas y compañeros de equipo.

Los gobiernos y las autoridades sanitarias de todo el mundo han instigado requisitos de distanciamiento social, restricciones a las reuniones públicas, medidas de cuarentena y viajes limitados hacia y desde otros países para frenar la propagación de la enfermedad y permitir que los sistemas de atención de la salud hagan frente a las crecientes demandas asociadas al manejo de la enfermedad. La comunidad del hockey tiene la responsabilidad de adherirse estrictamente a estos esfuerzos.

Este documento tiene como objetivo ayudar a los jugadores de hockey, entrenadores, oficiales, staff, administradores y voluntarios a vivir de manera segura durante esta crisis; y cuando se reduzcan las restricciones, guiar un retorno seguro a la actividad de manera conforme y segura.

Tenga en cuenta que este documento refleja la información y la investigación recopilada al momento de la distribución de este documento. La pandemia del COVID-19, y las respuestas de la comunidad de la salud pública y los gobiernos a ella, siguen siendo fluidas, los datos y las recomendaciones cambiarán, este documento se actualizará para reflejar este proceso.

** NOTA: para Federaciones, Asociaciones y Clubes; este documento está alineado con las guías y recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS), ciertas medidas descritas (por ejemplo, la distancia recomendada para mantener la distancia social) pueden diferir de las guías del gobierno local. Al desarrollar sus políticas, asegúrese de utilizar el marco o recrear este documento para que todas las medidas cumplan con las leyes, directrices y políticas de jurisdicción local.*





3. PRINCIPIOS INTERNACIONALES PARA LA REANUDACIÓN DEL DEPORTE A NIVEL ELITE Y COMUNITARIO

- La reanudación de las actividades deportivas y recreativas puede aportar muchos beneficios de salud, económicos, sociales y culturales a la respectiva sociedad que emerge del entorno del COVID-19.
- La reanudación de las actividades deportivas y recreativas no debe comprometer la salud de las personas o la comunidad.
- La reanudación de las actividades deportivas y recreativas se basará en información de salud objetiva para garantizar que se realicen de manera segura y no corran el riesgo de aumentar las tasas de transmisión local de del COVID-19.
- Todas las decisiones sobre la reanudación de las actividades deportivas y recreativas deben tomarse con una cuidadosa referencia a estos Principios Nacionales luego de una consulta conjunta con las Autoridades Federales, Estatales / Territoriales y / o Locales de Salud Pública, según corresponda.
- La reanudación de la actividad deportiva y recreativa de la comunidad debe llevarse a cabo de manera organizada con una fase inicial de actividades de grupos pequeños (<10) sin contacto, antes de pasar a una fase posterior de actividades de grupos grandes (> 10) que incluyan entrenamiento de contacto completo / competencia en el deporte. Las jurisdicciones individuales determinarán la progresión a través de estas fases, teniendo en cuenta la epidemiología local, las estrategias de mitigación de riesgos y la capacidad de salud pública.
- Esto incluye la reanudación del deporte al aire libre de los niños con medidas estrictas de distancia física para los asistentes no deportivos, como los padres.
- Para las organizaciones deportivas profesionales y de alto rendimiento, el régimen que se detalla a continuación se considera un estándar de referencia mínimo que se debe cumplir antes de reanudar entrenamientos y partidos.
- Si las organizaciones deportivas buscan exenciones específicas para reanudar la actividad, particularmente con respecto a las competiciones, se les exige que se comprometan y, cuando sea necesario, obtengan la aprobación de las respectivas Autoridades estatales / territoriales y / o de salud pública locales con respecto a medidas adicionales para reducir el riesgo de propagación de COVID 19.
- En todo momento, las organizaciones deportivas y recreativas deben responder a las directivas de las Autoridades de Salud Pública. Los brotes localizados pueden requerir que las organizaciones deportivas restrinjan nuevamente la actividad y esas organizaciones deben estar listas para responder en consecuencia. La detección de un caso de COVID-19 positivo en un club u organización deportiva o recreativa dará como resultado una respuesta de salud pública estándar, que podría incluir la cuarentena de un equipo completo o un grupo grande, y contactos cercanos, durante el período requerido.

4. RESUMEN DE LA SITUACIÓN ACTUAL

- El deporte profesional y recreativo se ha suspendido debido a la pandemia del COVID-19 en la mayoría de los países.
- Los gobiernos han puesto en marcha las medidas PST (por sus siglas en ingles)
 - P – Public gathering restrictions (Restricciones de reunión pública)
 - S – Socialdistancing (Distanciamiento Social)
 - T – Travel restrictions (Restricciones para viajar)
- La reintroducción del deporte recreativo y profesional ha comenzado y podría iniciarse en diferentes países a partir de ahora.
- La reintroducción tendrá lugar durante un período gradual con diferencias para los respectivos países y regiones.
- Las respectivas acciones deben ser monitoreadas durante al menos 2 semanas según lo aconsejado por las autoridades sanitarias.
- El hockey debe considerarse como un deporte que tiene un mayor riesgo de propagación para COVID-19 (deporte en equipo con contacto).
 - Mayor riesgo para cualquier atleta per se
 - Se debe tener en cuenta el riesgo personal para personas definidas de alto riesgo
 - Hombres, mayores de 60 años de edad
 - Enfermedad cardiovascular
 - Enfermedad Respiratoria
 - Diabetes
 - Cancer
- La evaluación de riesgos debe realizarse según lo aconsejado por Carmody et al. (Br J Sports Med, 10.1136 / bjsports-2020-102539).

CLAVE DE DETERMINACIÓN POR COLOR

-  El riesgo general de transmisión y una mayor propagación del COVID-19 se considera muy bajo.
-  El riesgo general es bajo, sin embargo, se recomienda verificar si se pueden fortalecer las medidas de mitigación
-  El riesgo general es moderado, se recomiendan esfuerzos significativos para mejorar las medidas de mitigación o reducir el riesgo de transmisión
-  El riesgo general de transmisión y una mayor propagación del COVID-19 se considera muy alto

MATRIZ DE MITIGACIÓN VERSUS RIESGO

	Muy preparado para mitigar el impacto del COVID-19 (76-100)	Bastante preparado para mitigar el impacto del COVID-19 (51-75)	Bastante poco preparado para mitigar el impacto del COVID-19 (26-50)	Muy poco preparado para mitigar el impacto del COVID-19 (0-25)
0 (riesgo muy bajo)	Muy bajo	Muy bajo	Bajo	Moderado
1 (riesgo bajo)	Muy bajo	Bajo	Bajo	Moderado
2 (riesgo moderado)	Bajo	Bajo	Moderado	Muy alto
3 (riesgo alto)	Moderado	Moderado	Muy alto	Muy alto
4 (riesgo alto)	Muy alto	Muy alto	Muy alto	Muy alto

- Deben implementarse mitigaciones tales como higiene reforzada, distanciamiento social (si es posible), capacidad / volumen de test, reducción de personas en sedes y localización de contactos.
- Recomendaciones de sentido común (no específicas de hockey)
 - Quedarse en casa si se siente enfermo, incluso con síntomas leves.
 - Verifique los síntomas de COVID-19 todos los días
 - Verifique la temperatura corporal diariamente
 - Quedarse en casa si alguien en su hogar presenta síntomas
 - Quedarse en casa, si alguien en su hogar ha resultado positivo para SARS-CoV-2 (al menos 14 días)
 - Mantenga una distancia de 1.5 metros a las personas fuera de su hogar (no para niños menores de 12 años)
 - No estrechar los manos
 - Tosa y estornude en la curva de su codo
 - Realizar una higiene personal adecuada.
 - Cambiarse y ducharse en casa

5. COMIENCE A PLANIFICAR PARA CUANDO SE REABRAN SUS CAMPOS

Con muchos campos de hockey actualmente cerrados debido a las restricciones de distanciamiento social, es importante que los operadores de las instalaciones comiencen a pensar en un plan de puesta en servicio para cuando se levanten las restricciones. Para garantizar que los campos brinden un entorno de juego seguro, es probable que necesiten limpieza y sistemas de riego que necesiten lavarse, limpiarse y desinfectarse antes de volver a usarlos.

Para obtener orientación detallada sobre lo que debe hacerse, consulte la sección de instalaciones del sitio web de FIH:

<http://www.fih.ch/inside-fih/fih-quality-programme-for-hockey-turf/facility-guidance-resources/>

6. PLANIFICACIÓN PARA EL REGRESO AL ENTRENAMIENTO

Cada país y área tendrá diferentes reglas y protocolos a seguir, y en este aspecto es de vital importancia que se sigan. Por lo tanto, este documento no prescribirá protocolos de capacitación específicos, sino que proporcionará algunos principios generales a seguir en paralelo con el asesoramiento local. Se debe consultar al gobierno, los CONs y las autoridades deportivas locales al considerar cuándo y cómo volver al entrenamiento, incluida la orientación sobre el número de jugadores que deberían participar en un mismo momento, las diferencias en la orientación para grupos de edades avanzadas y cuándo se pueden considerar las competencias y partidos.

Los factores a considerar al planificar el regreso al entrenamiento deben incluir:

- Atleta / personal de apoyo Educativo sobre Covid-19
- Disposición de EPP y otros equipos de seguridad.
- Desinfección de todas las áreas accesibles para una sesión de entrenamiento.
- Consistentes y continuas pruebas/ testeos
- Monitoreo continuo y manejo de casos.

Independientemente del territorio, se aplican las siguientes guías generales de salud y seguridad -

- Las actividades al aire libre se consideran más seguras que las de interior.
- Identificación de grupos específicos que podrían comenzar a entrenar, es decir, niños y adolescentes.
- Defina los números máximos para jugadores / instructores en el campo de acuerdo con las pautas gubernamentales.
- Organizar la entrada y salida estructurada del campo.
- Respetar el distanciamiento mínimo en el campo (1,5 metros), no para niños menores de 12 años.
- Use solo su propio palo, canilleras, mascararas, botellas de agua y otros equipos, especialmente los arqueros.
- Desinfectar pelotas y otros equipos de uso común
- Está prohibido escupir y limpiar las secreciones nasales / respiratorias en el campo o en cualquier lugar dentro de las instalaciones que no sean inodoros
- Evitar la limpieza de protectores bucales en el campo

A modo de ilustración, se pueden usar los siguientes gráficos y se deben considerar como guía:



Se recomienda utilizar un enfoque por etapas para volver a los entrenamientos, con las siguientes 4 fases como guía –

1. Entrenamiento individual
2. Entrenamiento en grupos pequeños - sin contacto corporal (no competitivo, sin enfrenamientos)
3. Entrenamiento en grupos pequeños - con contacto corporal (competitivo, con enfrenamientos)
4. Entrenamiento en equipo

Con algunos países, incluida la principal nación del hockey, los Países Bajos, que comienzan a regresar al entrenamiento bajo estrictos protocolos del gobierno local, se han publicado algunos recursos de sesiones de entrenamiento de clubes.

Si desea revisar un ejemplo al planificar sus sesiones de entrenamiento de Regreso al Hockey, utilice el siguiente enlace del Club de Hockey Oranje-rood en los Países Bajos.

<https://www.hcoranje-rood.nl/site/default.asp?Option=51&Nieuws=1122>

Se agregarán más enlaces a este documento como un recurso, a medida que estén disponibles.

7. RECOMENDACIONES PARA EL REGRESO A LA COMPETENCIA NACIONAL E INTERNACIONAL

- La decisión de regresar a la competencia estará relacionada con las regulaciones regionales / locales y la orientación del Comité Olímpico Nacional (CON)
- PST (por sus siglas en ingles) (restricciones de reunión pública, distanciamiento social y restricciones de viaje) la relajación dará como resultado un retorno gradual a las competencias

RELACIÓN ENTRE LAS MEDIDAS PST Y SU RELAJACIÓN CON EL RETORNO AL HOCKEY



RECOMENDACIONES FIH PARA EVENTOS DE PRIMER NIVEL CON ESPECTADORES

Al considerar la reanudación de los eventos de hockey de primer nivel, así como al seguir las guías del Gobierno y los CONs, se recomienda consultar los últimos recursos disponibles de la Organización Mundial de la Salud. Al momento de la impresión, se detallaron en el documento de Guías de la OMS para organizadores deportivos al planificar reuniones masivas en el contexto del COVID-19

https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331764/WHO-2019-nCoV-Mass_Gatherings_Sports-2020.1-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Específicamente para eventos de hockey, la FIH recomienda que se tengan en cuenta lo siguiente:

1. Arreglos en el campo
2. Organización e higiene en el campo
3. Organización del alojamiento
4. Guías para la higiene privada
5. Guías para casos positivos de SARS-CoV-2, personas infectadas con COVID-19 y cuarentena

1. Arreglos en el estadio/campo

a. Zonificación

- i. Asignación de zonas respectivas para separar a los asistentes.
- ii. Zona 1: campo, bancos de suplentes, vestuarios
- iii. Zona 2: áreas de espectadores, áreas de prensa (fotógrafos), otras salas (primeros auxilios, salas de control)
- iv. Zona 3: externo al área de campo / estadio, sector de TV

b. Requisitos personales

- i. Determinación de acuerdo a horarios de evento

c. Torneo / calendario de partidos / períodos de flujo de trabajo

- i. Llegada de los equipos
- ii. Vestuarios
- iii. Calentamiento
- iv. Control de equipamiento
- v. Reconocimiento de campo
- vi. Configuración de zona técnica (banco)
- vii. Entre tiempo
- viii. Después del partido
- ix. Salida de los equipos

2. Organización e higiene en el campo

- a. Información y cumplimiento de las normas de higiene.
- b. Control de entrada
- c. Información y verificación de síntomas (incluyendo control de temperatura si es posible)
- d. Desinfectante de manos
- e. Desinfección de la superficie
- f. Comida y bebidas personalizadas
- g. Mascarillas protectoras de boca / nariz
- h. Limpieza de manos después del manejo del protector bucal
- i. Regulaciones de distancia durante la entrada / cambio / salida
- j. Duchas individuales o sin ducha en el lugar
- k. Sin área recreativa, sin baños de hielo.
- l. Atención médica con protección personalizada (máscaras de protección de boca / nariz, guantes, desinfección de manos)
- m. Requisitos de personal
 - i. Profesional de Higiene
 - ii. Personal de limpieza adecuado
 - iii. Sistema de control de acceso / Seguridad / Acreditación / Regulación
- n. Infraestructura del estadio donde corresponda
 - i. Salas de control de dopaje separadas
 - ii. Sala de aislamiento

3. Organización del alojamiento

- a. Identificación del alojamiento adecuado (profesional de higiene y gestión de equipos)
- b. Coordinación de todas las medidas con el hotel.
- c. Número mínimo de personal con equipo de protección.
- d. Pisos y habitaciones exclusivas (áreas propias del hotel, ascensores, etc.)
- e. Entrada propia para equipos
- f. Sin uso de todas las salas comunes
- g. Máscara de protección de boca / nariz en comedores, etc.
- h. Distanciamiento en comedores especiales asignados
- i. Habitaciones con suficiente ventilación.

4. Guías para la higiene privada

- a. Distanciarse de los vecinos, durante las compras o permanencia en público en general
- b. Quedarse en casa
- c. Evitar transporte público

5. Guías para casos positivos de SARS-CoV-2, personas infectadas con COVID-19 y cuarentena
 - a. Información (jugador afectado, médico, club, equipo)
 - b. Aislamiento
 - c. Identificación y testeo de personas de contacto.
 - d. Observación y evaluación clínica de los síntomas en el equipo.
 - e. Informar a las autoridades sanitarias locales.
 - f. No informar a los medios sin consultar a las autoridades de hockey apropiadas para establecer un plan de comunicaciones (FIH, Asociaciones Nacionales)
 - g. Volver a jugar después de COVID solo con el permiso de los médicos.

8. REFERENCIAS

- Carmody S, Murray A, Borodina M, Gouttebarga V, Massey A. When can professional sport recommence safely during the COVID-19 pandemic? Risk assessment and factors to consider. Br J Sports Med, online, 2020
- Falvey E, Mathema P, Horgan M, Raftery M. Safe return to Rugby – in the context of the COVID-19 pandemic. Online publication World Rugby
- Task force Sportmedicine / special match operations in professional football. Online publication German Football League
- Considerations for sports federations/sports event organizers when planning mass gatherings in the context of COVID-19. Interim guidance, 14 April 2020, WHO https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331764/WHO-2019-nCoV-Mass_Gatherings_Sports-2020.1-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y

19 DE MAYO DE 2020