



**PROTOCOLO FISICOVID-DXTGALEGO POLO
QUE SE ESTABLECEN AS MEDIDAS PARA
FACER FRONTE Á CRISE SANITARIA
OCASIONADA POLA COVID-19 NO ÁMBITO DO
DEPORTE FEDERADO DE GALICIA**

**FEDERACION GALLEGA DE ESQUI NAUTICO Y
WAKEBOARD**



ÍNDICE

1.	INTRODUCCIÓN.....	3
2.	OBXECTO E METODOLOXÍA	4
3.	MEDIDAS XERAIS PARA REDUCIR O RISCO DE CONTAXIO DA COVID-19	6
3.1.	MEDIDAS DE DESINFECCIÓN E LIMPEZA DE SUPERFICIES E MATERIAL	6
3.2.	MEDIDAS PARA OS AXENTES QUE DIRECTA OU INDIRECTAMENTE PARTICIPEN NA PRÁCTICA DEPORTIVA (Staff, deportistas, acompañantes, público, etc.)	8
3.3.	OUTRAS MEDIDAS	9
4.	PROCEDEMENTO PARA A IDENTIFICACIÓN DE POTENCIAIS SITUACIÓNS DE CONTAXIO E MEDIDAS PARTICULARES DE PREVENCIÓN	11
5.	COORDINADOR DO PROTOCOLO FEDERATIVO	16
6.	COMUNICACIÓN E SEGUIMENTO DE SINTOMATOLOXÍA COVID-19	16



La publicación en el Diario Oficial de Galicia de la “*Resolución 15 de xuño de 2020, da Secretaría Xeral para o Deporte polo que se aproba o protocolo FISICOVID-DXTGALEGO polo que se establecen as medidas para facer fronte á crise sanitaria ocasionada pola COVID-19 no ámbito do deporte federado de Galicia*” establece que el presente protocolo “**será de obrigada observancia para o conxunto dos estamentos federativos e deberá publicarse na páxina web da federación deportiva**”.

El presente protocolo describe las medidas para la práctica de las modalidades de la natación dentro del ámbito de esta Federación y en las competiciones oficiales.

Estas medidas refuerzan y se agregan a las restricciones establecidas por las Autoridades Sanitarias, y deben complementarse con la responsabilidad personal de cada deportista, entrenador y demás miembros de la organización controlando su propio riesgo de contagiar o ser contagiado en función de su estado y circunstancias personales.

El presente protocolo se irá actualizando en función de la situación epidemiológica y de las recomendaciones de las autoridades. Se publicará siempre la última versión, resaltando las novedades introducidas.

1. INTRODUCCIÓN

O deporte como fenómeno social é un sistema complexo, formado por elementos que interaccionan de xeito pluridireccional, de forma que o comportamento de cada un deles recibe influencia dalgún dos outros. “Conduta” e “información” son as claves do bo e eficiente funcionamento dun sistema e un tecido deportivo como o de Galicia. O Deporte Galego ademais está integrado na súa realidade social total, e por elo está influenciado e inflúe de maneira implícita



ou explícita nos actuais procesos de cambios necesarios e moi acelerados fronte á pandemia da COVID-19 e os seus efectos. Deste modo a adecuación aos necesarios cambios abórdase desde a necesidade de incidir nas condutas de todos os axentes humanos que participan no Deporte Galego directa ou indirectamente, a partir da lóxica organizativa e funcional, indagando en primeiro lugar sobre todas as potenciais fontes de contaxio, vistas desde todas as perspectivas, e así recoller e dar información precisa, de calidade e válida, para poder aumentar o éxito das decisións do tecido deportivo contra a COVID-19.

O obxectivo primordial é limitar ao máximo posible a capacidade de transmisión do coronavirus desde o primeiro desprazamento cara a instalación, espazo de práctica ou centro deportivo, durante o feito deportivo, e despois do mesmo. A través das condutas idóneas das persoas implicadas no feito deportivo, estas, probablemente poidan ser influíntes nas condutas positivas doutros moitos cidadáns de Galicia, en entornos familiares, locais, profesionais, escolares, etc.

O Deporte Galego leva preparándose no seu conxunto varios meses para responder como sistema intelixente, informado pluridireccionalmente, próximo ás realidades da actividade da inmensa maioría de deportistas. O modo de coñecer este novo contexto para abordar as mellores solucións requiriu dunha Metodoloxía innovadora no seu proceder á vez que prudente na súa fundamentación, relacionando á administración deportiva autonómica, ás federacións deportivas e ás universidades galegas (transferencia do coñecemento).

Están sendo un proceso intenso e rico, que está proporcionando a todos os elementos estruturais e funcionais a oportunidade de aprender facendo, de concienciarse dos riscos sanitarios, pero tamén dos riscos de diminución da práctica deportiva por parte de persoas e de entidades ante as



dificultades para retomar unhas das actividades, as deportivas, máis penalizadas na súa idiosincrasia polo confinamento e a desescalada.

A COVID-19: SÍNTOMAS E FORMA DE CONTAXIO.

Segundo o establecido polas autoridades sanitarias, os síntomas máis habituais da COVID-19 son a febre, a tose seca e o cansancio. Pode haber outros síntomas atípicos e pouco frecuentes como pode ser dor de garganta, perda do gusto ou olfato e dores musculares, entre outros.

Unha persoa pode contraer a COVID-19 por contacto con outra que estea infectada polo virus.

A enfermidade propágase principalmente de persoa a persoa a través das gotículas que saen despedidas da nariz ou a boca dunha persoa infectada ao toser, estornudar ou falar. Unha persoa pode contraer a COVID-19 se inhala as gotículas procedentes dunha persoa infectada polo virus. Por eso é importante manterse alomenos a 1,5 metros de distancia dos demais ou uso de máscara se non se pode garantir esa distancia interpersoal de seguridade.

Estas gotículas poden caer sobre os obxectos e superficies que rodean á persoa, como mesas, pomos, varandas, material deportivo, etc. de modo que outras persoas poden infectarse se tocan eses obxectos ou superficies e logo tócanse os ollos, o nariz ou a boca. Por elo é importante lavarse as mans frecuentemente con auga e xabón ou con un desinfectante a base de alcól, evitar tocarse os ollos, a boca ou o nariz.

2. OBXECTO E METODOLOXÍA

O obxecto deste protocolo é establecer a metodoloxía a seguir polas federacións deportivas galegas no establecemento das medidas de prevención



necesarias para facer fronte para facer fronte á crise sanitaria ocasionada pola COVID-19 no ámbito do deporte federado de Galicia. Os protocolos federativos serán de obrigada observancia para o conxunto dos estamentos federativos e deberá publicarse na web da respectiva federación.

A Metodoloxía FISICOVID-DXTGALEGO pretende establecer un sistema de traballo que lle facilite ao tecido deportivo galego, particularmente o federativo, a elaboración dos protocolos FISICOVID-DXTGALEGO, que deben considerar os elementos constituíntes do tecido deportivo, tales como as actividades, deportistas, entidades, e recursos (humanos, materiais), para construír as maiores opcións de seguridade hixiénico-sanitaria e de sostibilidade de entidades e practicantes ante a COVID-19. Serán as propias federacións e os seus integrantes naturais quen, despois de avaliar e diagnosticar a información veraz da súa realidade, promovan e realicen o seguimento das medidas e adaptacións que se acorden para o desenvolvemento das actividades deportivas coa maior protección posible ante o risco de contaxio.

Definíronse varias etapas temporais, a primeira para a preparación e elaboración da ferramenta FISICOVID-DXTGALEGO para enfoque, visión e misión da mesma, despois recollida de información para diagnose de obxectivos e detección da necesidade de desenvolvemento propio de ferramentas. Na segunda etapa formalizouse un grupo de traballo con técnicos da Secretaría Xeral para o Deporte y expertos do ámbito universitario. Na terceira etapa desenvolveuse a principal ferramenta de recollida de información, análise e aportación de medidas.

Establecéronse 10 grupos de traballo entre as 58 federacións deportivas galegas, segundo similitudes da práctica deportiva, co obxectivo de favorecer a súa complementación á hora de identificar potenciais situacións de risco de contaxio e determinar as medidas máis eficientes de acordo aos contextos



concretos nos que se desenvolve a práctica en cada caso, compartindo a información entre elas.

Tras varias reunións de traballo tanto internas de cada federación como dos 10 grupos de traballo, identificáronse e debatéronse todas aquelas situacións e medidas plantexadas, adaptandoas a cada situación.

En todo caso, este tamén é un proceso de análise flexible, formativo e continuo, que require dunha revisión permanente das situacións de contaxio e das medidas, atendendo á normativa que se vaia establecendo por parte das autoridades sanitarias, así como das situacións que vaian xurdindo en cada contexto deportivo.

3. MEDIDAS XERAIS PARA REDUCIR O RISCO DE CONTAXIO DA COVID-19

Todos os axentes que participan directa ou indirectamente na realidade deportiva deberán adoptar as medidas necesarias para evitar a xeración de riscos de propagación da enfermidade COVID-19, así como a propia exposición a ditos riscos. Este deber de cautela e protección será igualmente exixible aos titulares de calquera actividade deportiva.

Tralo proceso de recollida de información e análise das potenciais situacións de contaxio e en atención ao sinalado polas autoridades sanitarias, establécense unha serie de recomendacións xerais, que deberán ser concretadas, en todo caso, polas medidas específicas determinadas pola federación deportiva galega no seu protocolo federativo.



3.1. MEDIDAS DE DESINFECCIÓN E LIMPEZA DE SUPERFICIES E MATERIAL

Con carácter xeral, sen prexuízo das medidas específicas establecidas pola federación deportiva ou no protocolo da instalación correspondente, respecto á limpeza e desinfección de espazos, materiais e superficies deberanse ter en conta as seguintes:

- Utilizaranse desinfectantes como dilucións de lixivia (1:50) recentemente preparada en auga a temperatura ambiente ou calquera dos desinfectantes con actividade virucida que se atopan no mercado e debidamente autorizados e rexistrados. No uso dese produto respectaranse as indicacións da etiqueta. Así mesmo, non se deben mezclar produtos diferentes.
- Tras cada limpeza, os materiais empregados e os equipamentos de protección utilizados desbotaranse de xeito seguro, e procederase posteriormente ao lavado de mans.
- Cando existan postos de traballo compartidos por máis dunha persoa do staff, estableceranse os mecanismos e procesos oportunos para garantir a hixienización destes postos.
- Procurarase que os equipamentos ou ferramentas empregados sexan persoais e intransferibles, ou que as partes en contacto directo co corpo da persoa dispoñan de elementos substituíbles. No caso daqueles equipamentos que deban ser manipulados por diferente persoal, procurarase a dispoñibilidade de materiais de protección ou o uso de forma recorrente de xeles hidroalcohólicos ou desinfectantes con carácter previo e posterior ao seu uso.
- Realizar tarefas de ventilación periódica nos espazos utilizados e, como



mínimo, de forma diaria e durante o tempo necesario para permitir a renovación do aire. Na medida do posible, manter as portas abertas con cuñas e outros sistemas para evitar o contacto das persoas cos pomos, por exemplo. Durante as actividades en recintos pechados, na medida do posible, realizar os tempos de descanso e/ou recuperación en zonas ao aire libre ou ben ventiladas.

- Disporase de papeleiras pechadas e con accionamento non manual, para depositar panos e calquera outro material desbotable, que se deberán limpar de forma frecuente, e, polo menos, unha vez ao día. Así mesmo, estas papeleiras deberían contar con bolsa desbotable que se cambie alomenos unha vez ao día.

3.2. MEDIDAS PARA OS AXENTES QUE DIRECTA OU INDIRECTAMENTE PARTICIPEN NA PRÁCTICA DEPORTIVA (Staff, deportistas, acompañantes, público, etc.)

- **Xerais:**
 - o Cumprir todas as medidas de prevención que estableza a Entidade deportiva no seu protocolo.
 - o Deberase manter a distancia de seguridade interpersoal ou na súa falta, utilizar máscara. Cando non se utilice, é importante gardala axeitadamente para evitar que adquira ou transmita o coronavirus.
 - o Sempre que sexa posible, os deportistas, durante a práctica deportiva deberán manter a distancia de seguridade interpersoal. A estes efectos, o protocolo federativo deberá establecer as medidas de tratamento de risco de contaxio adaptadas á casuística.



- o Evitar lugares concurridos.
 - o Evitar en todo momento o saúdo con contacto físico.
 - o Utilizar panos desbotables e tiralos á papeleira, tras cada uso.
 - o Asegurarse de manter unha boa hixiene respiratoria. Eso significa cubrirse a boca e o nariz co cóbado flexionado ou cun pano desbotable ao toser ou estornudar. Neste caso, desbotar de inmediato o pano usado e lavar as mans.
 - o Lavar con frecuencia as mans con agua e xabón ou con xel hidroalcohólico.
 - o Na medida do posible, evitar tocar os ollos, o nariz e a boca e no caso de facelo, prestar atención ao lavado previo de mans.
 - o Realizar un auto test antes de ir cara a actividade deportiva, para confirmar se pode ter síntomas de COVID-19: Teño febre, tos ou falta de alento?
- **Desprazamentos aos adestramentos e ás competicións:**
 - o Non compartir vehículo particular con outras persoas non conviventes, sempre que sexa posible. De non ser así, priorizar formas de desprazamento que favorezan a distancia interpersonal e, en todo caso, utilizar máscara. Ademáis é importante un asiduo lavado de mans ou emprego de xel hidroalcohólico antes de entrar e despois de saír do vehículo.
- **Alimentos, bebidas ou similares:**
 - o Non se deben compartir alimentos bebidas ou similares. Recoméndase marcar os envases utilizados para evitar confusións.



3.3. OUTRAS MEDIDAS

- **MEDIDAS ORGANIZATIVAS.**

- o A entidade responsable da actividade deberá garantir que os deportistas dispoñan do material de prevención, xa sexa porque o pon a disposición o titular da instalación, a entidade organizadora da actividade ou porque o traen os deportistas, staff, etc.
- o Evitar, na medida do posible, o uso de materiais compartidos durante a actividade. Se isto non fora posible, garantirase consonte o establecido no punto anterior a presenza de elementos de hixiene para o seu uso continuado por parte dos axentes participantes e estableceranse os mecanismos de desinfección correspondentes.
- o Promoverase o pagamento con tarxeta ou outros medios que non supoñan contacto físico entre dispositivos, así como a limpeza e desinfección dos equipamentos precisos para iso.

- **MEDIDAS DE INFORMACIÓN**

- o A Entidade organizadora da actividade informará a todos os axentes que participen directa ou indirectamente na actividade sobre os riscos e medidas sanitarias e de hixiene que deben cumprir de forma individual. Deberá existir unha comunicación continua con todos os axentes da realidade deportiva.
- o Facilitaralle ao Staff, deportistas e outros axentes alleos á práctica deportiva, información sobre as medidas de hixiene e seguridade mediante cartelería en puntos clave dos espazos de práctica e acceso á mesma, na páxina web ou redes sociais da entidade e/ou mediante a entrega de documentos, preferiblemente por vía telemática.
- o Deberase contar cunha sinalización visible sobre as medidas hixiénico-



sanitarias e de prevención establecidas no desenvolvemento da actividade.

- o Cando as instalacións onde se desenvolva a práctica deportiva dispoña de ascensor ou montacargas, promoverase a utilización das escaleiras.

- **MEDIDAS DE FORMACIÓN**

- o Deberase promover a formación, especialmente entre o staff para:
 - ✓ Adaptar as actividades ás medidas e recomendacións marcadas polas autoridades sanitarias (distanciamento interpersoal, emprego de máscara, etc.). Revisión das actividades a desenvolver, suprimindo aquelas que promoven o contacto físico e primando as que poden levarse a cabo dun xeito máis individual ou con maior distanciamento, intentando non perder a dinámica de grupo, de ser así a especificidade da súa práctica deportiva.
 - ✓ Formación sobre as medidas hixénico-sanitarias de carácter personal recomendables, tales como a necesidade dun correcto e asiduo lavado de mans, o emprego de xel hidroalcólico, a colocación correcta da máscara, etc. co obxectivo de implementar estas medidas do contexto da práctica deportiva e tamén para trasladarllas aos deportistas e ao seu entorno co obxectivo de que se consoliden estes hábitos hixiénico-sanitarios.



4. PROCEDEMENTO PARA A IDENTIFICACIÓN DE POTENCIAIS SITUACIÓNS DE CONTAXIO E MEDIDAS PARTICULARES DE PREVENCIÓN

Para a identificación das diferentes situacións potenciais de contaxio, as federacións deportivas galegas deben partir dos mecanismos de transmisión do virus reportados polas autoridades sanitarias, establecéndose para esta ferramenta un sistema de categorías interrelacionadas entre sí, para que o tecido deportivo determine unha a unha as posibles situacións concretas de potencial contaxio que se poideran dar en cada modalidade e especialidade deportiva:

- Atende a tres **momentos**: antes, durante, e despois da práctica.
- Considera aos **axentes** cos que pode haber contaxio: Staff propio, Deportistas, outros alleos.
- Identifica a **vía de contaxio**: Contacto, vía Aérea, compartir alimentos ou bebidas.



Nas táboas seguintes, explícase o significado de cada unha das categorías.



<u>IDENTIFICAR O MOMENTO</u>	Refírese ao Lapso temporal que agrupa unha serie de accións propias da práctica ou da competición.
ANTES	Recóllense tódalas accións desde que a persoa sae da súa casa, ata o intre antes de comezar a práctica deportiva.
DURANTE	Recóllense tódalas accións desde o inicio do adestramento/competición ata o final do/a mesmo/a.
DESPOIS	Recóllense tódalas accións desde o peche do adestramento/competición ata que se abandona o lugar onde se desenvolve a práctica.



<u>IDENTIFICAR O AXENTE</u>	Persoas relacionadas coas situacións de potenciais contaxio. Neste caso clasifícanse en persoas da organización non deportistas, os propios deportistas, e as persoas alleas á entidade
<i>STAFF PROPIO</i>	Son as persoas que forman parte do organigrama da entidade organizadora da actividade ou participante nas actividades (persoal e colaboradores de federacións, clubs, equipos, tales como directivos, adestradores, preparadores físicos, xuíces/árbitros, asistentes, delegados, etc..) así como persoal do espazo onde se desenvolve a práctica e que pode ter que ver coas situacións que identifiquemos (conserxes, oficinistas, persoal de limpeza, etc..).
<i>DEPORTISTAS</i>	Son os axentes protagonistas do fenómeno deportivo. As persoas que practican, individualmente ou en grupo, calquera tipo de actividade deportiva.
<i>OUTROS ALLEOS</i>	Son as persoas de fóra da organización (público, familiares, visitantes externos, provedores, etc.)



<u>IDENTIFICAR</u> <u>SITUACIÓNS DE</u> <u>CONTAXIO POR</u> <u>CONTACTO</u>	Esta categoría pretende identificar situacións nas que se pode dar un contacto con outras persoas, con materiais ou con superficies.
<i>PERSOA A PERSOA (DIRECTO)</i>	Ten lugar contacto directo con outras persoas. (Ter en conta a análise que se está realizando: staff, deportistas, outros)
<i>MATERIAL DEPORTIVO DE USO SIMULTÁNEO</i>	Contacto directo con equipacións/equipamento individual, accesorios, obxectos, embarcacións, etc. que se levantan e/ou empregan de modo simultáneo (exemplo: cargar piragüas, colchonetas, lonas, etc.) con outra/outras persoas. (Ter en conta sobre que axente se está realizando a análise: staff, deportistas, outros)
<i>MATERIAL DEPORTIVO DE USO SECUENCIAL</i>	Contacto directo con equipacións/equipamento individual, accesorios, obxectos, embarcacións, etc. co que logo terá contacto outra/outras persoas. (Ter en conta sobre que axente se está realizando a análise: staff, deportistas, outros)
<i>MATERIAL DEPORTIVO DE USO ALTERNO</i>	Contacto directo con equipacións/equipamento individual, accesorios, obxectos, embarcacións, etc.. de maneira alterna e repetida con outra/outras persoas. (Ter en conta sobre que axente se está realizando a análise: staff, deportistas, outros)
<i>SUPERFICIE DE USO SIMULTÁNEO</i>	Contacto directo cunha superficie de forma simultánea con outra/outras persoas. (Ter en conta sobre que axente se está realizando a análise: staff, deportistas, outros)



SUPERFICIE DE USO SECUENCIAL	Contacto directo cunha superficie despois de que o tivera con outra/outras persoas. (Ter en conta sobre que axente se está realizando a análise: staff, deportistas, outros).
SUPERFICIE DE USO ALTERNO	Contacto directo cunha superficie de maneira alterna e repetida con outra/outras persoas. (Ter en conta sobre que axente se está realizando a análise: staff, deportistas, outros).

<u>IDENTIFICAR SITUACIÓNS DE CONTAXIO POR VÍA AÉREA</u>	Esta categoría pretende identificar situacións nas que se pode dar contacto con persoas que transitan ou permanecen nun espazo e nun tempo determinado.
<i>ESPAZO DE USO SIMULTÁNEO</i>	Varias persoas ocupan o mesmo espazo, no mesmo momento, cunha distancia menor á recomendada.
<i>ESPAZO DE USO SECUENCIAL</i>	Ocúpase un espazo de maneira secuencial despois de que outra persoa o ocupara con anterioridade. Por exemplo os accesos de instalacións e zonas de paso, postas de tiro, etc. (Ter en conta sobre que axente se está realizando a análise: staff, deportistas, outros)
<i>ESPAZOS DE USO ALTERNO</i>	Ocúpase un espazo de maneira alterna e repetida entre varias persoas. Por exemplo os terreos de xogo dos deportes colectivos (Ter en conta sobre que axente se está realizando a análise: staff, deportistas, outros)



<u>IDENTIFICAR SITUACIÓNS</u> <u>DE</u> <u>CONTAXIO por USO</u> <u>COMPARTIDO de</u> <u>ALIMENTOS E BEBIDAS</u>	Esta categoría pretende identificar situacións nas que se pode dar contacto con persoas que transitan ou permanecen nun espazo e nun tempo determinado.
<i>USO DE BOTELLAS E VASOS</i>	Consumen, comparten, administran, teñen contacto dalgún xeito con recipientes de alimentos e bebidas que consumira outra/outra persoas. (Ter en conta sobre que axente se está realizando a análise: staff, deportistas, outros).
<i>COMIDA E VÍVERES</i>	Consumen, comparten, administran, teñen contacto dalgún xeito con alimentos e víveres que consumira outra/outra persoas. (Ter en conta sobre que axente se estea realizando a análise: staff, deportistas, outros).

Seguindo a metodoloxía FISICOID-DXTGALEGO, cada federación deportiva téñen que identificar as potenciais situacións de contaxio en cada unha das especialidades deportivas da súa modalidade deportiva, establecendo medidas concretas para cada unha das situacións de risco.

5. COORDINADOR DO PROTOCOLO FEDERATIVO

Cada federación designará un coordinador para a implementación e seguimento do protocolo federativo, que será o interlocutor coa Secretaría Xeral para o Deporte, informandoa sobre as incidencias que se produzan no seu desenvolvemento. Este coordinador asumirá as funcións que se establezan no respectivo protocolo.

Cualquier incidencia, aportación o duda acerca de la implantación del presente protocolo deberá remitirse al coordinador.



6. COMUNICACIÓN E SEGUIMIENTO DE SINTOMATOLOXÍA COVID-19

No caso de que un membro do staff, deportista, etc., teña sintomatoloxía do virus COVID-19, deberá informar de xeito inmediato ao servizo galego de saúde para iniciar o protocolo previsto pola Consellería de Sanidade (www.sergas.es/Saude-publica/Novo-coronavirus-2019-nCoV?idioma=es).

Neste senso, considérase sintomatoloxía do virus COVID-19 un cadro clínico de infección respiratoria aguda (IRA) de aparición súbita e de calquera gravidade, incluíndo febre, tose ou falta de alento, entre outros.

El coordinador de la implantación y el seguimiento del protocolo de regreso a la actividad de la Federación Gallega de Esquí Náutico y Wakeboard será el Secretario de la Federación, siendo éste el interlocutor con la Secretaría Xeral para o Deporte.

Cualquier incidencia, aportación o duda acerca de la implantación del presente protocolo deberá remitirse al coordinador:

JAVIER PAMIES DURA
FEDERACIÓN GALEGA DE ESQUI NAUTICO Y WAKEBOARD
Rúa Carlos Maside s/n
32002 Ourense
Teléfono: 630 912 384

En caso de detección dun sospeitoso por COVID-19 no entorno da práctica deportiva, deberanse seguir as pautas determinadas polas autoridades sanitarias. A persoa afectada retirárase do grupo e conducírase a outro espazo, facilitándolle unha máscara cirúrxica. Este espazo deberá ser elixido previamente, e debería contar con ventilación adecuada, e unha papeleira de pedal con bolsa, onde tirar a máscara e panos que se poidan desbotar. Contactarase co centro de saúde correspondente á persoa ou co



teléfono de referencia (900 400 116), e seguirán as súas instrucións. Se se percibira gravidade chamarase ao 061. Haberá que realizar unha boa ventilación, limpeza e desinfección deste espazo e do resto das estancias onde estivera a persoa, acorde á situación do risco. Será preciso tamén illar o contedor/papeleira onde se depositaran os panos ou outros produtos usados. Esa bolsa de lixo deberá ser extraída e colocada nunha segunda bolsa de lixo, con peche, para o seu depósito no lugar onde se determine.

En todo caso, seguiranse en todo momento as recomendacións das autoridades sanitarias.

7. MEDIDAS GENERALES

Se establecen las siguientes medidas de carácter general:

- ❖ Se establecerá como medidas fundamentales, el mantenimiento de la distancia interpersonal de 1,5 m, el uso de mascarilla y el lavado de manos frecuente.
- ❖ Antes de acudir a la actividad, los participantes deberán hacerse un AUTOTEST de confirmación de síntomas: fiebre, tos, falta de aliento.
- ❖ Se priorizará el desplazamiento en transporte privado para todas las actividades.
- ❖ Todos los usuarios deberán traer consigo su propia mascarilla y su propio gel hidroalcohólico para todas las actividades.
- ❖ Todas las personas que tengan cualquier síntoma de COVID-19 o hayan estado en contacto con algún contagiado, no podrán acceder al pantalán, ni a sus inmediaciones, ni realizar actividades. Además, deben comunicarlo inmediatamente al ccordinador.
- ❖ Será obligatorio el lavado de manos antes de accede al pantalán con gel hidroalcohólico.
- ❖ No estará permitido compartir alimentos y/o bebidas entre los



- participantes y/o personal. Todos estos productos tendrán el nombre de la persona.
- ❖ Será obligatorio el uso de mascarilla en todas las situaciones en las que no se pueda mantener la distancia mínima de 1,5 m de separación interpersonal y siempre que la práctica deportiva lo permita.
 - ❖ Será obligatoria su utilización durante el tiempo de circulación entre espacios comunes salvo que se pueda garantizar la distancia mínima interpersonal de 1,5 m.
 - ❖ Todos los deportistas, entrenadores y miembros del staff (árbitros, jueces, personal de organización..) deberán llevar consigo mascarilla y bote de gel hidroalcohólico propio.
 - ❖ No se permitirá dejar objetos personales en el pantalán, cada deportista deberá recoger y guardar su material.
 - ❖ Se permiten charlas técnicas de no más de 25 personas manteniendo en todo momento la distancia interpersonal de 1,5 m o en su caso, utilizando medidas alternativas de protección física.
 - ❖ Con carácter general, no se podrá compartir ningún material. Si esto no fuese posible, el material utilizado tendrá que ser obligatoriamente desinfectado tras cada uso con los elementos de higiene necesarios que deberán tener obligatoriamente todos los deportistas, y será guardado al finalizar la sesión.

PÚBLICO EN COMPETICIONES Y ENTRENAMIENTOS

En lo relativo a la presencia de público en las inmediaciones del pantalán durante las competiciones, **deberán respetar las Normas aquí dictadas y el protocolo.** Con carácter general deberán mantener la distancia interpersonal de 1,5 m y utilizar mascarilla permanentemente; no deberán estar en las inmediaciones de los accesos al pantalán.



XUNTA DE GALICIA
PRESIDENCIA
Secretaría Xeral para o Deporte



galicia

ANEXO 1

TABLAS FISICOVID

FEDERACION GALLEGA DE ESQUI NAUTICO Y WAKEBOARD



ENTRENAMIENTOS ANTES

Axente	Contaxio	Tipo de transmisión	Descrición da situación	Medidas
Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Montaje de la base en el pantalán, preparación de listas y orden de salida, montaje de carpa de control	1. Usar mascarilla 2. Evitar contacto directo
Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Uso de coche compartido para ir a la zona de entrenamiento	1. Usar mascarilla en el coche 2. Evitar contacto directo
Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Preparación de la embarcación y equipo para el entrenamiento	1. Usar mascarilla 2. Evitar contacto directo 3. Usar guantes
Staff propio	Contacto	Material deportivo de uso Simultáneo	Preparación de la embarcación	1. Desinfectar asientos, volante, acelerador, controlador de velocidad. esta acción debe repetirse en cada cambio de piloto y/o entrenador
Staff propio	Contacto	Material deportivo de uso Simultáneo	Preparación del pantalán, carpa de control, listas y orden de salida, etc.	1. Desinfectar el pantalán 2. Marcar zonas diferenciadas para deportista que empieza y deportista que termina 3. Desinfectar todo el material
Staff propio	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Organización y control del entrenamiento	1. Colocar señales distanciadoras 2. Obligar al uso de mascarillas a las personas ajenas al staff
Staff propio	Compartir alimentos e bebidas	Uso de botellas e vasos	Ingestión de bebidas durante la preparación	1. No compartir vasos, botellas, etc.
Staff propio	Compartir alimentos e bebidas	Uso de botellas e vasos	Carga a bordo de la embarcación de bebida para piloto y/o entrenador	1. Desinfectar todos los envases y botellas



Axente	Contaxio	Tipo de transmisión	Descrición da situación	Medidas
Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Uso de palonier personal del deportista	1. Desinfectar el palonier antes de entregarlo.
Deportistas	Contacto	Material deportivo de uso Secuencial	Estancia en el pantalán	1. Mantener la distancia de seguridad entre los deportistas que estén en el agua 2. Utilizar la zona del pantalán correspondiente y diferenciada del deportista que inicia del que termina. 3. No entrar al pantalán con bolsas, toallas, etc. 4. Entrar exclusivamente con el equipo necesario: Esquí, Chaleco salvavidas, Palonier, Jabón o lubricante para bota, Guantes. 5. Desinfectar todo el material personal antes de acceder al pantalán
Deportistas	Contacto	Material deportivo de uso Secuencial	Preparación para acceso al pantalán	1. Lavar las manos con hidrogel 2. Dejar toalla, etc. en una bolsa fuera del pantalán 3. Desinfectar todo el material antes de acceder al pantalán: esquí, palonier, chaleco salvavidas, guantes, etc.
Deportistas	Contacto	Material deportivo de uso Alternativo	Uso del mismo esquí, chaleco salvavidas, guantes, etc. que otro deportista	1. Asegurarse de que el deportista anterior ha desinfectado todo el material, en caso de duda desinfectarlo
Deportistas	Aéreo	Espazos de uso secuencial	Acceso al pantalán	1. No entrar en el pantalán mientras no esté el espacio del deportista de salida libre 2. Usar mascarilla si no se puede respetar la distancia de seguridad
Deportistas	Compartir alimentos e bebidas	Uso de botellas e vasos	Compartir bebidas	1. No compartir vasos ni botellas
Outros alleos	Contacto	Persoa a persoa	Familiares o amigos que acompañan al deportista y están en la zona de acceso al pantalán	1. Usar mascarilla 2. Mantener distancia de seguridad 3. Dejar libres accesos al pantalán 4. No acceder bajo ningún concepto al pantalán
Outros alleos	Compartir alimentos e bebidas	Uso de botellas e vasos	Consumo de bebidas	1. No compartir vasos ni botellas



ENTRENAMIENTOS DURANTE

Axente	Contaxio	Tipo de transmisión	Descrición da situación	Medidas
Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Entrenador y piloto comparten embarcación	1. Usar mascarilla 2. Evitar contacto directo
Staff propio	Contacto	Material deportivo de uso Secuencial	El entrenador recoge y/o entrega el palonier al deportista	1. Desinfectar el palonier antes de cada uso.
Staff propio	Contacto	Material deportivo de uso Secuencial	El deportista usa su palonier personal	1. Desinfectar el palonir antes de cogerlo 2. Desinfectar el palonier antes de devolverlo al finalizar la actividad
Staff propio	Compartir alimentos e bebidas	Uso de botellas e vasos	El entrenador y el piloto consumen bebidas	1. No compartir vasos ni botellas
Outros alleos	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Familiares y amigos que están en las cercanías del pantalán	1. Usar mascarilla 2. Mantener distancia de seguridad 3. Dejar libres accesos al pantalán 4. No acceder al pantalán bajo ningún concepto
Outros alleos	Compartir alimentos e bebidas	Uso de botellas e vasos	Familiares y amigos beben líquidos durante su estancia	1. No compartir vasos ni botellas



ENTRENAMIENTOS DESPUES

Axente	Contaxio	Tipo de transmisión	Descrición da situación	Medidas
Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Utilización de coche compartido entre piloto, entrenador y deportistas	1. Usar mascarilla 2. Evitar contacto directo
Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Recoger carpa organización y material auxiliar	1. Usar mascarilla 2. Evitar contacto directo 3. Usar guantes
Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Recoger la embarcación	1. Usar mascarilla 2. Evitar contacto directo 3. Usar guantes
Staff propio	Contacto	Material deportivo de uso Alterno	Recoger embarcación	1. desinfectar asientos, volante, acelerados, controlador de velocidad, y todo el material 2. Usar guantes
Staff propio	Contacto	Material deportivo de uso Alterno	Recoger carpa organización y material	1. Desinfectar todo el material utilizado antes de guardarlo 2. Usar guantes
Staff propio	Compartir alimentos e bebidas	Uso de botellas e vasos	Consumo de bebidas durante la recogida de material	1. No compartir vasos ni botellas
Deportistas	Contacto	Material deportivo de uso Alterno	Final de la actividad	1. Lavar las manos con hidrogel 2. Guardar toalla y resto de equipo en el interior de su bolsa
Deportistas	Contacto	Material deportivo de uso Alterno	Deportista que usa el mismo material que otro deportista, esquí, chaleco salvavidas, guantes, etc.	1. Desinfectar todo el material una vez terminada la actividad
Deportistas	Contacto	Superficie de uso Secuencial	Salida del agua y recogida del material	1. Salir del pantalán con todo su equipo personal: esquí, chaleco salvavidas, guantes, jabón o lubricante bota, palonier, etc. 2. Desinfectar todo el material antes de guardarlo



Deportistas	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Salida del agua y recogida del material	1. Mantenerse en la zona del pantalán señalizada 2. Mantener distancia de seguridad con otros ocupantes del pantalán
-------------	-------	---------------------------	---	--

Axente	Contaxio	Tipo de transmisión	Descrición da situación	Medidas
Deportistas	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Estancia fuera del pantalán	1. Utilizar mascarilla 2. Mantener distancia de seguridad
Deportistas	Compartir alimentos e bebidas	Uso de botellas e vasos	Consumo de bebidas después de la actividad	1. No compartir vasos ni botellas
Outros alleos	Contacto	Persoa a persoa	Familiares y amigos que están en las cercanías del pantalán	1. Usar mascarilla 2. Mantener distancia de seguridad 3. Dejar libres los accesos al pantalán 4. No acceder al pantalán por ningún motivo
Outros alleos	Contacto	Material deportivo de uso Alterno	Ayuda al deportista a recoger el material	1. Desinfectarse las manos 2. desinfectar el material antes de guardarlo
Outros alleos	Aéreo	Espazos de uso alterno	Estancia en las cercanías del pantalán	1. Dajar libres los accesos al pantalán 2. Utilizar mascarilla 3. No acceder al pantalán 4. mantener distancia de seguridad



COMPETICION ANTES

Axente	Contaxio	Tipo de transmisión	Descrición da situación	Medidas
Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Montaje de la base en el pantalán, preparación de listas y orden de salida, montaje de carpa de control	1. Usar mascarilla 2. Evitar contacto directo
Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Uso de coche compartido para ir a la zona de competición	1. Usar mascarilla 2. Evitar contacto directo
Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Preparación de la embarcación y equipo para la competición	1. Usar mascarilla 2. Evitar contacto directo 3. Usar guantes
Staff propio	Contacto	Material deportivo de uso Simultáneo	Preparación de la embarcación	1. Desinfectar asientos, volante, acelerador, controlador de velocidad. esta acción debe repetirse en cada cambio de piloto y/o entrenador
Staff propio	Contacto	Material deportivo de uso Simultáneo	Preparación del pantalán, carpa de control, listas y orden de salida, etc.	1. Desinfectar el pantalán 2. Marcar zonas diferenciadas para deportista que empieza y deportista que termina 3. Desinfectar todo el material
Staff propio	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Organización y control de la competición	1. Colocar señales distanciadoras 2. Obligar al uso de mascarillas a las personas ajenas al staff
Staff propio	Compartir alimentos e bebidas	Uso de botellas e vasos	Ingestión de bebidas durante la preparación	1. No compartir vasos, botellas, etc.
Staff propio	Compartir alimentos e bebidas	Uso de botellas e vasos	Carga a bordo de la embarcación de bebida para piloto, juez y/o ayudante	1. Desinfectar todos los envases y botellas.



Axente	Contaxio	Tipo de transmisión	Descrición da situación	Medidas
Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Uso de palonier personal del deportista	1. Desinfectar el palonier antes de entregarlo
Deportistas	Contacto	Material deportivo de uso Secuencial	Preparación para acceso al pantalán	1. Lavar las manos con hidrogel 2. Dejar toalla, etc. en una bolsa fuera del pantalán 3. Desinfectar todo el material antes de acceder al pantalán
Deportistas	Contacto	Material deportivo de uso Secuencial	Estancia en el pantalán	1. Mantener distancia de seguridad entre deportistas que están en el agua 2. Utilizar zona del pantalán correspondiente y diferenciada del deportista que inicia del que termina 3. No entrar al pantalán con bolsas, toallas, etc. 4. Entrar exclusivamente con el equipo necesario: Esquí, Chaleco salvavidas, Palonier, Jabón o lubricante para las botas, Guantes, etc. 5. Desinfectar todo el material personal antes de entrar en el pantalán
Deportistas	Contacto	Material deportivo de uso Alterno	Uso del mismo esquí, chaleco salvavidas, guantes, etc. que otro deportista	1. Asegurarse de que el deportista anterior ha desinfectado todo el material, en caso de duda desinfectarlo
Deportistas	Compartir alimentos e bebidas	Uso de botellas e vasos	Compartir bebidas	1. No compartir vasos ni bebidas
Outros alleos	Contacto	Persoa a persoa	Familiares o amigos que acompañan al deportista y están en la zona de acceso al pantalán	1. Usar mascarilla 2. Mantener distancia de seguridad 3. Dejar libres los accesos al pantalán 4. No acceder bajo ningún concepto al pantalán
Outros alleos	Compartir alimentos e bebidas	Uso de botellas e vasos	Consumo de bebidas	1. No compartir vasos ni botellas



COMPETICION DURANTE

Axente	Contaxio	Tipo de transmisión	Descrición da situación	Medidas
Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Piloto, Juez y ayudante comparten embarcación	1. Usar mascarilla 2. Evitar contacto directo
Staff propio	Contacto	Material deportivo de uso Secuencial	El deportista usa su palonier personal	1. Desinfectar el palonier antes de cogerlo 2. Desinfectar el palonier antes de devolverlo al finalizar la competición
Staff propio	Contacto	Material deportivo de uso Secuencial	El entrenador recoge y/o entrega el palonier al deportista	1. Desinfectar el palonier antes de cada uso
Staff propio	Compartir alimentos e bebidas	Uso de botellas e vasos	El piloto, juez y ayudante consumen bebidas	1. No compartir vasos ni botellas
Outros alleos	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Familiares y amigos están en las cercanías del pantalán	1. Usar mascarilla 2. Mantener distancia de seguridad 3. Dejar libres los accesos al pantalán 4. No acceder bajo ningún concepto al pantalán
Outros alleos	Compartir alimentos e bebidas	Uso de botellas e vasos	Familiares y amigos beben líquidos durante su estancia	1. No compartir vasos ni botellas



COMPETICION DESPUES

Axente	Contaxio	Tipo de transmisión	Descrición da situación	Medidas
Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Recoger embarcación	1. Usar mascarilla 2. Evitar contacto directo 3. Usar guantes
Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Recoger carpa organización y material auxiliar	1. Usar mascarilla 2. Evitar contacto directo 3. Usar guantes
Staff propio	Contacto	Material deportivo de uso Alterno	Recoger embarcación	1. Desinfectar asientos, volante, acelerador, controlador de velocidad y todo el material 2. Usar guantes
Staff propio	Contacto	Material deportivo de uso Alterno	Recoger carpa organización y material	1. Desinfectar todo el material antes de guardarlo 2. Usar guantes
Staff propio	Contacto	Superficie de uso Secuencial	Salida del agua y recogida del material	1. Salir del pantalán con todo el equipo personal: esquí, chaleco salvavidas, guantes, palonier, jabón o lubricante bota, etc. 2. Desinfectar todo el material antes de guardarlo
Staff propio	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Entrega de trofeos	1. Usar mascarilla 2. Mantener distancia de seguridad
Staff propio	Compartir alimentos e bebidas	Uso de botellas e vasos	Consumo de bebidas durante la recogida de material	1. No compartir vasos ni botellas



Axente	Contaxio	Tipo de transmisión	Descrición da situación	Medidas
Deportistas	Contacto	Material deportivo de uso Alterno	Final de competición	1. Lavar las manos con hidrogel 2. Guardar toalla y resto de equipo en el interior de su bolsa
Deportistas	Contacto	Material deportivo de uso Alterno	Deportista que usa el mismo material que otro deportista, esquí, chaleco salvavidas, guantes, etc.	1. Desinfectar todo el material al finalizar la competición
Deportistas	Contacto	Superficie de uso Secuencial	Salida del agua y recogida del material	1. Salir del pantalán con todo su equipo personal: esquí, chaleco salvavidas, guantes, jabón o lubricante bota, palonier, etc. 2. Desinfectar todo el material antes de guardarlo
Deportistas	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Salida del agua y recogida del material	1. Mantenerse en la zona del pantalán señalizada 2. Mantener distancia de seguridad con otros ocupantes del pantalán
Deportistas	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Estancia fuera del pantalán	1. Utilizar mascarilla 2. Mantener distancia de seguridad
Deportistas	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Entrega de trofeos	1. Usar mascarilla 2. Mantener distancia de seguridad
Deportistas	Compartir alimentos e bebidas	Uso de botellas e vasos	Consumo de bebidas al acabar la competición	1. No compartir vasos ni botellas



Axente	Contaxio	Tipo de transmisión	Descrición da situación	Medidas
Outros alleos	Contacto	Persoa a persoa	Familiares y amigos que están en las cercanías del pantalán	1. Usar mascarilla 2. Mantener distancia de seguridad 3. Dejar libres los accesos al pantalán 4. No acceder al pantalán bajo ningún concepto
Outros alleos	Contacto	Material deportivo de uso Alterno	Ayuda al deportista a recoger el material	1. Desinfectarse las manos 2. Desinfectar al material antes de guardarlo
Outros alleos	Contacto	Material deportivo de uso Alterno	Ayuda al deportista a recoger el material	1. Desinfectarse las manos 2. Desinfectar al material antes de guardarlo
Outros alleos	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Entrega de trofeos	1. Usar mascarilla 2. Mantener distancia de seguridad
Outros alleos	Aéreo	Espazos de uso alterno	Estancia en las cercanías del pantalán	1. Usar mascarilla 2. Mantener distancia de seguridad 3. Dejar libres los accesos al pantalán 4. No acceder al pantalán



CURSO ANTES

Axente	Contaxio	Tipo de transmisión	Descrición da situación	Medidas
Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Uso de coche compartido para acudir al curso	1. Usar mascarilla 2. Evitar contacto directo
Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Preparación de la embarcación y equipo para el curso	1. Usar mascarilla 2. Evitar contacto directo 3. Usar guantes
Staff propio	Contacto	Material deportivo de uso Simultáneo	Preparación de la embarcación	1. Desinfectar asientos, volante, acelerador, controlador de velocidad, etc. Esta acción deberá repetirse cada vez que haya un cambio de piloto o de monitor.
Staff propio	Contacto	Material deportivo de uso Simultáneo	Preparación pantalán, listas, orden y cobro de cursos	1. Desinfectar el pantalán 2. Marcar zonas diferenciadas para deportista que inicia la actividad y deportista que termina la actividad 3. Desinfectar todo el material 4. Solicitar pagos por transferencia, no utilizar efectivo,
Staff propio	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Organización y control curso	1. Colocar señales distanciadoras 2. Obligar a usar mascarilla a las personas ajenas al staff
Staff propio	Compartir alimentos e bebidas	Uso de botellas e vasos	Ingestión de bebidas durante la preparación	1. No compartir vasos ni botellas



Axente	Contaxio	Tipo de transmisión	Descrición da situación	Medidas
Staff propio	Compartir alimentos e bebidas	Uso de botellas e vasos	Carga a bordo de la embarcación de bebidas para el piloto y/o monitor	1. Desinfectar todos los envases y botellas
Deportistas	Contacto	Persoa a persoa	Uso de palonier personal del deportista	1. Desinfectar el palonier antes de entregarlo
Deportistas	Contacto	Material deportivo de uso Secuencial	Preparación para acceso al pantalán	1. Lavar las manos con hidrogel 2. Dejar toalla, etc. en una bolsa fuera del pantalán 3. Desinfectar todo el material antes de entrar en el pantalán: esquí, chaleco salvavidas, palonier, guantes, jabón o gel para bota, etc.
Deportistas	Contacto	Material deportivo de uso Secuencial	Estancia en el pantalán	1. Mantener distancia de seguridad entre los deportistas que estén en el agua 2. Utilizar la zona del pantalán correspondiente y diferenciada del deportista que inicia del que termina 3. No entrar en el pantalán con bolsas, toallas, etc. 4. Entrar exclusivamente el equipo necesario: esquí, chaleco salvavidas, palonier, jabón o lubricante bota, guantes, etc. 5. Desinfectar todo el material personal antes de entrar en el pantalán
Deportistas	Contacto	Material deportivo de uso Alternativo	Uso del mismo esquí, chaleco salvavidas, guantes, etc. que otro deportista	1. Asegurarse de que el deportista anterior ha desinfectado el material, en caso de duda desinfectarlo
Deportistas	Aéreo	Espazos de uso secuencial	Acceso al pantalán	1. No entrar en el pantalán mientras no esté el espacio del deportista de salida libre 2. Usar mascarilla si no se puede respetar la distancia de seguridad



Axente	Contaxio	Tipo de transmisión	Descrición da situación	Medidas
Deportistas	Compartir alimentos e bebidas	Uso de botellas e vasos	Consumo de bebidas	1. No compartir vasos ni botellas
Outros alleos	Contacto	Persoa a persoa	Familiares o amigos que acompañan al deportista y están en la zona de acceso al pantalán	1. Usar mascarilla 2. Mantener distancia de seguridad 3. Dejar libres accesos al pantalán 4. No acceder bajo ningún concepto al pantalán
Outros alleos	Compartir alimentos e bebidas	Uso de botellas e vasos	Consumo de bebidas	1. No compartir vasos ni botellas



CURSO DURANTE

Axente	Contaxio	Tipo de transmisión	Descrición da situación	Medidas
Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Piloto y monitor comparten embarcación	1. Usar mascarilla 2. Evitar contacto directo
Staff propio	Contacto	Material deportivo de uso Secuencial	El deportista usa su palonier personal	1. Desinfectar el palonier antes de cogerlo. 2. Desinfectar el palonier antes de devolverlo al finalizar la actividad
Staff propio	Contacto	Material deportivo de uso Secuencial	El monitor recoge y/o entrega el palonier al deportista	1. Desinfectar el palonier antes de cada uso
Staff propio	Compartir alimentos e bebidas	Uso de botellas e vasos	El monitor y el piloto consumen bebidas	1. No compartir vasos ni botellas
Outros alleos	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Familiares o amigos que están en las cercanías del pantalán	1. Usar mascarilla 2. Mantener distancia de seguridad 3. Dejar libres accesos al pantalán 4. No acceder al pantalán bajo ningún concepto
Outros alleos	Compartir alimentos e bebidas	Uso de botellas e vasos	Familiares o amigos consumen líquidos durante su estancia	1. No compartir vasos ni botellas



CURSO DESPUES

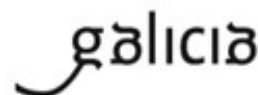
Axente	Contaxio	Tipo de transmisión	Descrición da situación	Medidas
Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Recoger la embarcación y material auxiliar	1. Usar mascarilla 2. Evitar contacto directo 3. Usar guantes
Staff propio	Contacto	Persoa a persoa	Utilización de coche compartido entre piloto, monitor y deportista	1. Usar mascarilla 2. Evitar contacto directo
Staff propio	Contacto	Material deportivo de uso Alterno	Recoger embarcación	1. Desinfectar asientos, volante, acelerador, controlador de velocidad y todo el material utilizado 2. Usar guantes
Staff propio	Compartir alimentos e bebidas	Uso de botellas e vasos	Consumo de bebidas durante la recogida del material	1. No compartir vasos ni botellas
Deportistas	Contacto	Material deportivo de uso Alterno	Final del curso	1. Lavar las manos con hidrogel 2. Guardar toalla y resto del equipos en el interior de su bolsa
Deportistas	Contacto	Material deportivo de uso Alterno	Deportista que usa el mismo material que otro deportista: esquí, chaleco salvavidas, guantes, jabón o lubricante bota, palonier, etc.	1. Desinfectar todo el material al finalizar el curso.
Deportistas	Contacto	Superficie de uso Secuencial	Salida del agua y recogida del material	1. Salir del pantalán con todo su equipo personal: esquí, chaleco salvavidas, palonier, guantes, jabón o lubricante bota, etc. 2. Desinfectar todo el material antes de guardarlo
Deportistas	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Salida del agua y recogida del material	1. Mantenerse en la zona del pantalán señalizada 2. Mantener distancia de seguridad con otros ocupantes del pantalán



Axente	Contaxio	Tipo de transmisión	Descrición da situación	Medidas
Deportistas	Aéreo	Espazos de uso simultáneo	Estancia fuera del pantalán	1. Utilizar mascarilla 2. Mantener distancia de seguridad
Deportistas	Compartir alimentos e bebidas	Uso de botellas e vasos	Consumo de bebidas después de la actividad	1. No compartir vasos ni botellas.
Outros alleos	Contacto	Persoa a persoa	Familiares o amigos que están en las cercanías del pantalán	1. Usar mascarilla 2. Mantener distancia de seguridad 3. Dejar libres los accesos al pantalán 4. No acceder al pantalán por ningún motivo
Outros alleos	Contacto	Material deportivo de uso Alterno	Familiares o amigos ayudan al deportista a recoger el material	1. Desinfectarse las manos 2. Desinfectar el material antes de guardarlo
Outros alleos	Aéreo	Espazos de uso alterno	Estancia en las cercanías del pantalán	1. Dejar libres los accesos al pantalán 2. Utilizar mascarilla 3. No acceder al pantalán 4. Mantener distancia de seguridad



XUNTA DE GALICIA
PRESIDENCIA
Secretaría Xeral para o Deporte



MODELO DECLARACIÓN RESPONSABLE PARTICIPANTE NA ACTIVIDADE

D/Dª con nº de DNI/NIE

☐ actuando en nome propio ou ☐ como pai/nai/titor do interesado/a (menor de idade)

D/Dª con nº de DNI/NIE

Para a actividade Organizada pola Entidade Federación Gallega de Esquí Náutico y Wakeboard, desenvolvida en día de del 2020.

SOLICITO que a persoa cuxos datos figuran no encabezamento (o interesado) participe nas actividades da organización exposta, para o cal, lin con detalle a información proporcionada pola propia organización e acepto as condicións de participación e expreso o meu compromiso coas medidas persoais de hixiene e prevención do protocolo da entidade e así mesmo,

DECLARO:

- Que o interesado cumpre os requisitos de admisión establecidos no documento de aceptación de condicións de participación, obriga de información e consentemento informado, non sendo grupo de risco.
- Que o interesado non convive con ninguén que sexa grupo de risco, ou que no caso de que así sexa, participa na actividade baixo a súa propia responsabilidade.
- Que lin e acepto os compromisos contidos no protocolo para previr o COVID-10 da entidade organizadora da actividade, publicados en (web, tablón de anuncios, etc...)

En, a..... de....de.....

A/A da Entidade.....



DECLARACIÓN RESPONSABLE A ENGADIR CO MODELO DE SOLICITUDE

D/Dª con nº de DNI/NIE
en representación da entidade con CIF

Para a actividade Organizada pola Entidade, desenvolvida en
..... día..... del mes de del 2020.

SOLICITO poder participar na actividade sinalada, para o cal, lín con detalle a información proporcionada pola propia organización e acepto as condicións de participación e expreso o noso compromiso coas medidas persoais de hixiene e prevención do protocolo da entidade e así mesmo,

DECLARA que:

- *Coñece o protocolo de volta á actividade deportiva da entidade Federación Gallega de Esquí Náutico y Wakeboard e o seu compromiso de forma exhaustiva.*
- *Accederá ás instalacións coas medidas de protección recomendadas e que as utilizará sempre que a práctica deportiva o permita, cumprindo coas normas de utilización das instalacións tal e como marca o protocolo para cada un dos espazos.*
- *A pesar da existencia dun protocolo de volta a actividade, é consciente dos riscos que entraña a práctica deportiva en espazos pechados na situación pandémica actual.*
- *As persoas deportistas da entidade que representa, declaran á súa vez que NOS ÚLTIMOS 15 DÍAS NON TIVERON:*
 - o *Padecido algún síntoma Covid:*
 - *Febre.*
 - *Cansazo.*
 - *Tos seca.*
 - *Dificultades para respirar.*
 - o *Estado en contacto con persoa algunha que teña dado positivo en Covid-19.*
- *Avisará de forma inmediata aos responsables da Entidade se algunha das circunstancias anteriores sucedesen ou dese positivo en Covid-19, para que se tomen as medidas oportunas.*

A sinatura acredita estar conforme, e a aceptación das normas do protocolo establecido pola Federación Gallega de Esquí Náutico y Wakeboard.

En, _____ de _____ de 202__



DECLARA:

- *Que coñece o protocolo de volta á actividade deportiva da Entidade..... e o seu compromiso ao seu cumprimento de forma exhaustiva.*
- *Que accederei ás instalacións coas medidas de protección física e que as utilizarei sempre que a práctica deportiva o permita, e que cumprirei as normas de utilización das instalacións que marca o protocolo do Centro para cada un dos espazos.*
- *Que, a pesar da existencia dun protocolo de volta á actividade, é consciente dos riscos que entraña a práctica deportiva nunha situación pandémica como a actual.*
- *Que non padecín síntomas do Covid-19 nos últimos 15 días:*
 - *Cadro clínico de infección respiratoria aguda (IRA) de aparición súbita e de calquera gravidade, incluíndo febre, tose ou falta de alento, entre outros.*
 - *Ante a presenza doutros síntomas atípicos como a odinofaxia, anosmia, ageusia, dores musculares, entre outros, é importante buscar outros indicios adicionais que apoién a sospeita da infección. Será o xuízo clínico do profesional o que determine a realización de probas complementarias.*
- *Que non estiven en contacto con ningunha persoa que dera positivo en Covid-19 nos últimos 14 días.*
- *Que avisarei, de forma inmediata, aos Servizo Galego de Saúde se algunha das circunstancias anteriores sucedesen ou dese positivo en covid-19, para que se poidan tomar as medidas oportunas.*

A sinatura acredita estar conforme, e a aceptación das normas e medidas establecidas no protocolo.

En, de de 2020.

D./D.^a, con DNI/NIE nº, como pai/nai/titor-a do/a interesado/a (menor de idade), con DNI/NIE nº

Declaro baixo a miña responsabilidade que solicito que o neno ou nena cuxos datos figuran no encabezamento (o interesado/a) participe en....., para o cal lin con detalle a información proporcionada pola propia organización e acepto as condicións de participación, expreso o meu compromiso coas medidas de hixiene e prevención obrigatorias e asumo toda a responsabilidade fronte á posibilidade de contaxio por Covid-19.

(Marque cun X no que proceda.)



Declaración responsable de non formar parte de grupos de risco nin convivir con grupo de risco.

	Declaro que o/a interesado/a cumpre os requisitos de admisión establecidos no protocolo, non sendo grupo de risco.
	Declaro que o/a interesado/a non convive con ninguén que sexa grupo de risco, ou que, no caso de que sexa así, participa na actividade baixo a súa propia responsabilidade.
	Comprométome a notificar diariamente o estado de saúde á entidade organizadora da actividade.....

Aceptación das medidas persoais de hixiene e prevención obrigatorias fronte á Covid-19

	Lin e acepto os compromisos requiridos no apartado do protocolo
--	---

Declaración de ter lido e aceptada a información proporcionada pola organización sobre a adaptación da actividade á Covid-19

	Declaro que recibín e lin o protocolo de adecuación da actividade á Covid-19 da entidade responsable da actividade e que por tanto teño coñecemento pleno e estou de acordo coas medidas e procedementos que propón.
	Declaro que recibín e lin o Protocolo de prevención e de actuación en caso de risco de contaxio ou contaxio positivo da entidade responsable da actividade.

Consentimento informado sobre Covid-19.

	Declaro que, tras ter recibido e lido atentamente a información contida nos documentos anteriores das bases de participación, son consciente dos riscos que implica a participación da persoa interesada na actividade no contexto da crise sanitaria provocada pola Covid-19, que asumo baixo a miña propia responsabilidade.
--	--

En, a de de 2020.
Asdo:



**ACEPTACIÓN DE CONDICIÓNS DE PARTICIPACIÓN, OBRIGA DE INFORMACIÓN E
CONSENTIMENTO INFORMADO, PARA PARTICIPAR NA ACTIVIDADE
ORGANIZADA POR**

D/Dª con DNI/NIE

☐ actuando en nome propio (persoa participante maior de idade)

☐ como proxenitor/titor-a da persoa participante (menor de idade):

D/Dª con DNI/NIE

DECLARACIÓN RESPONSABLE DE CONDICIÓNS DE SAÚDE

☐ Declaro que a persoa participante non está diagnosticada de Covid-19, non presenta sintomatoloxía asociada a este virus (tose, febre, dificultade ao respirar, etc.) nin a presentou nos 14 días previos á data de entrada nesta actividade e non padece ningunha outra enfermidade contaxiosa.

☐ Declaro que a persoa participante non convive con ninguén afectado polo Covid-19 nin estivo en contacto estreito nin compartiu espazo sen gardar a distancia interpersoal cunha persoa afectada polo Covid-19, nos 14 días previos á entrada nesta actividade.

☐ Comprométome a notificar inmediatamente á organización calquera problema de saúde vinculado ao COVID-19 durante o transcurso da actividade.

DECLARACIÓN DE COÑECEMENTO DOS RISCOS PARA PERSOAS VULNERABLES (*marcar no caso de ser ou convivir con PERSOA VULNERABLE: persoa maior de 60 anos/ persoa diagnosticada de hipertensión arterial, diabetes, enfermidades cardiovasculares, enfermidades pulmonares crónicas, cáncer, inmunodeficiencias/muller embarazada/ persoa con afeccións médicas anteriores*).

☐ Sendo, a persoa participante, persoa vulnerable e/ou convivinte cunha persoa vulnerable, declaro que son consciente do risco que corre tanto a persoa vulnerable participante como as persoas vulnerables coas que convive.

ACEPTACIÓN DAS CONDICIÓNS PERSOAIS DE HIXIENE E PREVENCIÓN FRONTE AO COVID-19

☐ Lin e acepto as condicións de hixiene e prevención nas que se vai desenvolver a actividade.



DECLARACIÓN DE QUE LEU E ACEPTA A INFORMACIÓN PROPORCIONADA POLA ORGANIZACIÓN SOBRE A ADAPTACIÓN DA ACTIVIDADE AO COVID-19

- ☐ Declaro que recibín e lin a información de adecuación da actividade ao COVID-19 da entidade responsable da actividade e que polo tanto teño coñecemento pleno e estou de acordo coas medidas e procedementos que propón.
- ☐ Declaro que recibín e lin o Protocolo de actuación en casos de emerxencia ou risco de contaxio da entidade responsable da actividade.

CONSENTIMIENTO INFORMADO SOBRE COVID-19

- ☐ Declaro que, logo de recibir e ler atentamente a información contida nos documentos anteriores, son consciente dos riscos que implica, para a persoa participante e para as persoas que conviven con el, a participación na actividade no contexto da crise sanitaria provocada polo COVID-19, que asumo baixo a miña propia responsabilidade.

En, a..... de....de.....