

*Ministerio de Salud  
Provincia de Córdoba*

*“2020 -Año del General Belgrano”*

## **PROTOCOLO DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS NO COMPETITIVAS INDIVIDUALES (AMPLIACIÓN)**

### **1. FINALIDAD**

El presente protocolo, determinará recomendaciones y lineamientos generales tendientes a la bioseguridad de las personas para la realización de actividades físicas y de esparcimiento en un escenario marcado por la presencia del COVID – 19.

El mismo atiende las necesidades de recuperación y mantenimiento del estado psicofísico, como un complemento de la contención social necesaria durante este período de “aislamiento social, preventivo y obligatorio” determinado en el DNU 297/2020 y concordantes. De ninguna manera tiene por finalidad que las personas realicen entrenamiento competitivo o de alto rendimiento.

El esquema de flexibilización del aislamiento social preventivo y obligatorio que se instrumenta a través del presente, será implementado por el COE central y COE regionales en coordinación con los ministerios competentes y municipios y comunas, debiendo éstos últimos ejercer el control de su cumplimiento, dentro de su jurisdicción y en el marco de sus competencias.

Asimismo, se deberán tener en cuenta los protocolos preexistentes que complementan al mismo y le otorgan un carácter más amplio.

### **2. ALCANCE**

El presente protocolo será de aplicación en el ámbito de toda la provincia de Córdoba con las particularidades específicas de implementación en la Ciudad de Córdoba y Gran Córdoba, como así también en los municipios y comunas del interior de la provincia.

Quedan excluidas del presente las personas pertenecientes a los grupos de riesgo, así como todas aquellas que presenten cualquier tipo de síntoma compatible con COVID- 19.

### **3. INSTRUCCIONES DE APLICACIÓN**

#### **a. Instrucciones generales:**

Son de aplicación las previsiones generales de los siguientes protocolos, salvo en lo que específicamente se establece en el presente:

- Anexo 17 - Protocolo de RCP.
- Anexo 18 - Protocolo de Bioseguridad.

b. Actividades autorizadas:

Están permitidas las siguientes actividades físicas de forma individual (no se autoriza la actividad de manera colectiva o grupal):

- 1) Caminatas deportivas (marcha y trote). No está autorizado el running.
- 2) Ciclismo.
- 3) Tenis.
- 4) Paddle.
- 5) Golf.
- 6) Tiro al blanco.
- 7) Ciclismo de montaña (mountain bike).
- 8) Paseo en motocicleta.
- 9) Pelota a paleta.
- 10) Equitación (protocolo particular COE).
- 11) A partir del día 11 de junio se habilitan las siguientes actividades: atletismo, bicicross, triatlón, trekking, footgolf, motocross, motociclismo, skate, bmx, rollers, longboard, scooter, bike trial, slackline, calistenia, parkour, fútbol freestyle, escalada al aire libre, parapente, ala delta, aerodelismo, paramotor, paracaidismo, patín artístico, patín carrera y patín slalom. Además, se permite la posibilidad de jugar dobles en tenis y paddle.
- 12) A partir del día 12 de junio se habilitan las siguientes actividades: bochas indoor/outdoor, pilates, artes marciales (sólo practica sin contacto físico), yoga, esgrima, squash single, tenis de mesa y billar.
- 13) A partir del día 18 de agosto se habilitan las siguientes actividades: boxeo, animación y porrismo, fisicoculturismo, pelota a paleta con 4 jugadores y beach vóley.

c. Disposiciones generales

Todas las disciplinas deportivas enunciadas, se podrán realizar todos los días en el horario de 07:00 a 21:00 horas.

- 1) La oportunidad de la realización de la actividad será regulada por el número de Documento Nacional de Identidad de la persona de la siguiente manera:
  - a) En fechas pares podrán realizar las actividades las personas que su DNI tenga terminación en Número Par
  - b) En fechas impares podrán realizar las actividades las personas que su DNI tenga terminación en Número Impar.
  - c) Esta distribución no aplicará donde se practica con turno previo. En este caso sólo pueden hacer la práctica los que tienen su turno otorgado, con día y hora de juego (por ejemplo, tenis, padle, golf, pelota paleta.). Si no son residentes deberán tener el permiso correspondiente.
- 2) Los ciudadanos que deseen realizar la práctica deportiva, deberán tramitar previamente el permiso a través de la aplicación Ciudadano Digital (CiDi) (<https://cidi.cba.gov.ar/>), completando a su vez la declaración jurada relacionada con el COVID-19 (Ver Anexo 1), y tramitar la autorización correspondiente que los habilite a trasladarse hacia el lugar donde se realiza la actividad (<http://consultasuac.cba.gov.ar/SolicWeb/solicitud.html>), con las particularidades de aplicación de cada municipio o comuna.
- 3) Quedan prohibidas las aglomeraciones de personas, antes, durante o después de la actividad. Evitando la concurrencia de personas que no estén autorizadas a realiza la misma (familiares, acompañantes, amigos, etc.)
- 4) No se podrá compartir ningún tipo de elemento deportivo.
- 5) No se compartirá recipientes de agua ni de ninguna otra bebida o alimento.
- 6) Se deberá evitar el diálogo innecesario entre personas que ocasione reuniones o aglomeración de personas.
- 7) Al frenar o detenerse, mantener una distancia mínima de tres metros.

#### **4. CONDICIONES GENERALES PARA LA PRÁCTICA DEPORTIVA SEGURA**

- a. En todos los casos se privilegian los deportes individuales, es decir aquellos en que participa una persona con su propio equipamiento.
- b. Cuando una persona participa en un deporte en el que se comparten espacios, se guarda la restricción del distanciamiento físico, 2 metros según la nueva indicación de OMS.

- c. En todos los casos el deportista sale de su casa vestido con su ropa deportiva y su equipamiento debidamente higienizado.
- d. Llevar sus propios elementos de protección (barbijo, alcohol en gel, toalla, guantes, etc.).
- e. Se traslada individualmente en su propio medio de transporte (auto, moto, bicicleta).
- f. Todos los deportes deberán practicarse de manera individual. Quedan prohibidos los entrenamientos grupales.
- g. Al terminar su actividad deportiva (sin cambiarse ni bañarse en la institución) regresa a su casa sin detenerse en reuniones grupales.
- h. Las instalaciones no deportivas (vestuarios, sala de juegos, etc.) no están habilitadas para funcionar.
- i. Se permite el funcionamiento de confiterías, bares y club house dentro de los barrios cerrados o clubes donde se encuentren las canchas, sólo con la modalidad "take away" de bebidas no alcohólicas y alimentos que no requieran preparación en el momento (ejemplo: sándwich, facturas, frutas, empanadas, etc.).
- j. En prácticas institucionales **regladas**, es obligatorio tener previamente otorgado un turno para la práctica. Debe presentarse a cumplir ese turno no antes de 15 minutos previos.
- k. Donde se cobre por la práctica se privilegiará el pago electrónico, que es preferible que sea previo.
- l. Quedan prohibidas las prácticas competitivas de estos deportes. Tampoco se permite la participación de árbitros, jueces u otro tipo de control.
- m. Una vez de regreso en su domicilio se procederá al lavado de la ropa deportiva, incluyendo el calzado y la higienización del equipamiento utilizado.
- n. En ninguna circunstancia se comparte el equipo deportivo o el artículo con el que se practica el deporte (pelota de cualquier tipo, bicicleta, motocicleta, armamento, etcétera).
- o. Cuando en virtud de la regla del juego, haya que compartir un espacio específico (por ejemplo, el tee de salida en golf) los que no juegan deben mantener el distanciamiento mínimo de 2 metros entre personas.
- p. Están habilitados para practicar la actividad los residentes en esa localidad, o residentes en otras localidades y que hayan tramitado previamente su permiso a través de la aplicación Ciudadano Digital (CiDi).

- q. En todos los casos **rige un protocolo específico de la práctica (Ver Apéndices y apartado 6. c.)**, para todos los aspectos inherentes a cada actividad y en tanto no contradiga a lo ya establecido en el presente. La Federación o Asociación que rija ese deporte, es la responsable de elaborar el protocolo específico, el que debe respetar las condiciones generales precedentes.

## 5. RECOMENDACIONES ESPECIALES

- a. Recomendaciones específicas para Personas con Discapacidad
- 1) Ante la presencia de una persona con discapacidad tener en cuenta la comunicación y los sistemas de apoyo.
  - 2) Realizar de manera frecuente la limpieza de las ayudas técnicas, como bastones, muletas, andadores, elevadores y silla de ruedas. Ver guía práctica Coronavirus Discapacidad. Protocolo de Circulación de las personas con Discapacidad (Apéndice 4).
  - 3) Los profesionales de la salud que asistan a personas con discapacidad en procesos subagudos podrán realizar el tratamiento domiciliariamente, conforme complejidad del paciente y certificado médico, asegurando todas las medidas de bioseguridad vigentes.

Ante cualquier duda comunicarse de la siguiente manera:

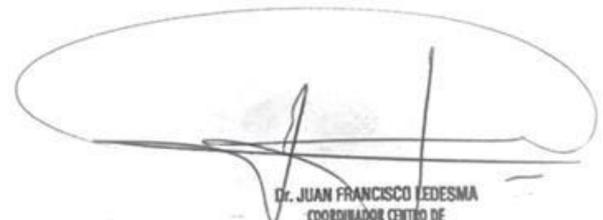
Mail: discapacidadcovid19@gmail.com

- b. Violencia de género: Se recomienda a todas las personas, estar atentas a posibles situaciones de violencia de género. En caso de detectar alguna situación comunicarse con el Ministerio de la Mujer las 24 horas de forma gratuita al 0800 888 9898.

## 6. ACLARACIONES FINALES

- a. Como condición previa para llevar adelante estos procesos de flexibilización, los municipios y comunas deberán sostener, en el marco de sus competencias, un estricto control sobre las instituciones que contienen a poblaciones vulnerables institucionalizadas, como, por ejemplo: las Residencias Geriátricas, Institutos de Discapacidad, Centros de Salud Municipales, Hogares, Residencias de Menores y Centros de Diálisis entre otros, en el marco de sus competencias.
- b. Los municipios y comunas deberán sostener, en el marco de sus competencias, un estricto control sobre el cumplimiento del presente protocolo.
- c. Cabe aclarar que el presente Protocolo tiene carácter “*RECTOR*” sobre los documentos particulares de cada disciplina.
- d. El COE Central se reserva la potestad de declarar en cualquier momento un “área roja

focal”, establecer cordones sanitarios y tomar las decisiones necesarias para contener situaciones epidemiológicas puntuales que pudieran surgir. Cómo así también modificar las flexibilizaciones otorgadas en el presente protocolo si la situación epidemiológica amerita.



Dr. JUAN FRANCISCO LELESMA  
COORDINADOR CENTRO DE OPERACIONES DE EMERGENCIAS  
MINISTERIO DE SALUD DE LA PROVINCIA

| INTERVINIERON EN LA CONFECCIÓN DEL PRESENTE DOCUMENTO |                     |   |   |                          |                             |   |                                     |   |                      |                      |                   |                    |                    |                  |                       |                   |                     |
|---|---------------------|---|---|--------------------------|-----------------------------|---|-------------------------------------|---|----------------------|----------------------|-------------------|--------------------|--------------------|------------------|-----------------------|-------------------|---------------------|
| DIR. DE JUR. ASUNTOS LEGALES M.S.                     | ÁREA LOGÍSTICA M.S. | SECRET. DE PREV. Y PROMOC. DE LA SALUD M.S. | DIR. DE JUR. REGULACIÓN SANIT. Y RUGEPR ESA | SECRETARÍA DE SALUD M.S. | DIR. DE JUR. FARMACIAS M.S. | SUBS. DE DISCIPLINA C., REHABILITACIÓN INCLUS. M.S. | JEFE DPTO. SIST. PCIAL. SANGRE M.S. | DIR. GRAL. DE SIST. DE GEST. HOSP. M.S. | ÁREA ESTUDIOS ESPEC. | ÁREA COES REGIONALES | ÁREA COORDINACIÓN | POLICÍA PCIA. CBA. | ÁREA DEFENSA CIVIL | ÁREA GERIÁTRICOS | ÁREA PRE-HOSPITALARIA | ÁREA HOSPITALARIA | CRUZ ROJA ARGENTINA |
| X   |                     | X   |   |                          |                             | X   |                                     |   | X                    | X                    | X                 | X                  | X                  | X                |                       |                   |                     |

## APÉNDICE 1: DECLARACIÓN JURADA POR COVID-19

### 1. INFORMACIÓN DE ADMISIÓN

| Fecha | Nombre y Apellido | Domicilio | Edad | Nro. de contacto | DNI | Temperatura |
|-------|-------------------|-----------|------|------------------|-----|-------------|
|       |                   |           |      |                  |     |             |

### 2. INFORMACIÓN HISTÓRICA

| Nro. | Pregunta   | Sí | No |
|------|--|----|----|
| 1    | ¿Ha desarrollado en los últimos 5 días episodios febriles con temperatura mayor a los 37, 5ª, tenido cefalea, diarrea, perdida de olfato o del gusto, tos o dificultad respiratoria? |    |    |
| 2    | En los últimos 14 días, ¿ha estado en contacto con personas sospechosas o confirmadas de COVID – 19?   |    |    |
| 3    | En los últimos 14 días, ¿ha permanecido o visitado alguno de los hospitales COVID – 19 en el ámbito de la República Argentina?   |    |    |
| 4    | ¿Ha regresado de viaje de exterior en los últimos 14 días?   |    |    |
| 5    | ¿Ha estado expuesto a grupos humanos numerosos desconocidos sin respetar la distancia social establecida?  |    |    |
| 6    | ¿Permaneció en lugares cerrados con grupos humanos numerosos por más de 30 minutos seguidos, respetando o no la distancia social?  |    |    |

Firma del personal que ejecutó la declaración