



## **WA: RECOMENDACIONES PARA FEDERACIONES NACIONALES**

### **Normas de seguridad para tiro con arco al aire libre durante la pandemia de COVID-19**

Estas recomendaciones han sido emitidas por World Archery Medical and Sport Sciences Committee a pedido de la Junta Ejecutiva de World Archery para ayudar a federaciones nacionales. La implementación dependerá de la situación real en el país en cuestión. World Archery alienta a cada federación nacional a publicar sus recomendaciones propias teniendo en cuenta este documento y las regulaciones nacionales / regionales.

Miembros del Comité que contribuyeron en la creación de este documento:

Dr. Martin Bauer (presidente), Dr. Carlos Hermes (vicepresidente), Dr. Anne Smith, Dr. Fiametta Scarzella, Dra. Meriem Hamrouche.

### **Situación actual**

Todos estamos atravesando un momento sin precedentes en el que tenemos una amenazante pandemia debido a un nuevo virus para el cual todavía no existe un tratamiento o vacuna comprobados. Ni sabemos por cuánto tiempo el virus será un problema de salud grave, por lo que debemos tomar medidas para mantener a salvo el tiro con arco.

En lo que respecta a la crisis global de COVID-19, es necesario establecer normas de seguridad para proteger a los arqueros y a la familia de los arqueros, ya sea entrenando, compitiendo o simplemente disparando flechas recreativamente.

Reconociendo que habrá gobiernos nacionales y locales, así como también regulaciones de salud pública que pueden diferir de un país a otro y de un lugar a otro, que deben ser respetados, World Archery Medical and Sports Science Committee ha establecido normas de seguridad para proporcionar una protección efectiva de la salud y la seguridad de la familia del tiro con arco, lo cual es una prioridad.

### **Necesidad de medidas de protección**

COVID-19 se transmite principalmente de persona a persona a través de grandes gotas respiratorias cuando una persona respira, habla, tose o estornuda. Estas gotas son luego inhaladas por una persona cercana que traslada la infección.

Ha habido informes de que las personas sin síntomas pueden transmitir el virus exactamente de la misma manera como se describió anteriormente. Porque las personas asintomáticas no piensan que están infectadas y a menudo no toman las precauciones adecuadas como lo harían si estuvieran enfermas y así pueden estar contribuyendo a la circulación continua del virus en las comunidades.

## Recomendaciones de World Archery

Las recomendaciones son para los arqueros y para-arqueros, así como para cualquier personal que utiliza las instalaciones. Todas las regulaciones de salud pública del gobierno nacional y local deben ser seguidas.

### Lavarse las manos y limpiar el equipo

- Cada arquero debe usar un desinfectante de manos o lavarse las manos con agua y jabón durante un mínimo de 20 segundos al entrar y al abandonar cualquier campo de entrenamiento para garantizar que no haya contaminación de las manos del arquero, para reducir el riesgo de infectar a otra persona.

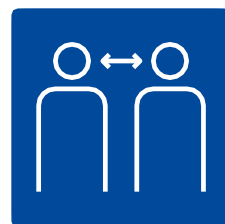


Al lavarse las manos, séquelas con toallas de un solo uso, que serán luego desechadas en un contenedor. Cada club de tiro con arco debe proporcionar desinfectante de manos, instalaciones de lavado de manos, toallas de papel desechables de un solo uso y contenedores para la toalla de papel usada o requerirá que los atletas traigan su propio desinfectante y toallas desechables con ellos.

- Todo el equipo (arco, flechas, carcaj, etc.) debe limpiarse con un desinfectante (por favor, siga las recomendaciones locales) antes y después de su uso en el campo.

### Distanciamiento social

- Cada persona debe mantenerse alejada de cualquier otra persona para evitar la inhalación de cualquier gota de aerosol que caiga al suelo generalmente dentro de los 2 metros. Esto es particularmente importante para las personas con afecciones de la salud como diabetes, asma, presión arterial alta o que tengan 65 años o más y que son más vulnerables a las graves complicaciones de COVID-19.



- Siga las reglas locales sobre el distanciamiento social.
- Todo el personal debe cumplir con las mismas reglas de distanciamiento social. Los entrenadores deberían respetar las recomendaciones de distanciamiento social y sólo acercarse al atleta si hay un problema de salud o seguridad y deben usar una máscara y tomar las apropiadas precauciones de desinfección de manos.

- Paraflechas. En el campo, los paraflechas deben estar separados por un mínimo de 2 metros. Cada arquero debería usar un paraflechas por separado. Si éstos están a menos de 2 metros, entonces se deberían utilizar paraflechas alternos para garantizar el distanciamiento social.

### **Uso del campo de juego y los campos de entrenamiento**

- Cada blanco debía ser usado sólo por un arquero. El arquero debería usar su propio blanco, el cual debería ser retirado después de terminar de disparar y descartarse.

Sólo el arquero que disparó las flechas debería retirarlas. Para los para-atletas de tiro con arco que no puedan quitar sus propias flechas, otra persona puede recoger las flechas, pero esta persona debe usar guantes y una máscara protectora.

- Los arqueros y su personal deberán entrar y salir del campo de entrenamiento o de juego, de forma unidireccional para evitar cruzar el camino de cualquier persona.
- El número máximo de atletas y personal en la misma área será determinado por las reglamentaciones locales / regionales y de salud pública de su país.

### **Organización de entrenamientos y competiciones**

- Para permitir el distanciamiento social y seguir estas reglas, un sistema de reserva / registro debe existir en el lugar, para que los intervalos de tiempo de los arqueros se puedan distribuir a fin de evitar demasiadas personas en el campo en cualquier momento.
- Los arqueros y el personal deben registrarse y cerrar la sesión, dando el día y la hora en que estaban en las instalaciones. Esto permitirá que se puedan rastrear los contactos si ocurriera alguna infección.
- No se deben abrir instalaciones sociales / cafeterías o vestuarios a menos que esté autorizado por las autoridades de salud pública y en plena implementación de sus recomendaciones.
- Para las competiciones, las autoridades de salud pública deben informar cuándo pueden realizarse nuevamente las competiciones y se recomienda hacer competiciones en línea (on line) para mantenerse activo. Se pueden encontrar ejemplos en las plataformas de redes sociales de tiro con arco.

### **Estar seguro y respetar a los demás**

- ¿Cualquier signo de fiebre, tos, falta de aliento, dolor muscular, fatiga inexplicable experimentada por cualquier arquero o persona de apoyo?  
¡Quédate en casa! ¡No hay actividad al aire libre!
- Siempre use su propio equipo, no tome prestado ningún equipo deportivo de los clubes, que no deberían ofrecer dicho servicio.



- Sólo los miembros de la familia con los que vive deben viajar en el mismo automóvil al campo de entrenamiento.
- Si tose o estornuda, hágalo en el codo o en un pañuelo de un solo uso.
- Si toma medicamentos para algo, asegúrese entonces de continuarlos.
- Continúe el distanciamiento social y el lavado de manos o saneamiento donde quiera que esté.



Recommendation and safety regulations for outdoor archery throughout the COVID-19 pandemic  
v1.0 / 8.05.2020



Traducción 14-05-2020: Dr. Claudio C. Varisco

Coordinador Comité Médico FATARCO