



Formación Voluntarios Contexto COVID-19

El presente documento, pretende ofrecer una formación simple y gráfica para los Voluntarios que estén prestando su colaboración en una competición de Triatlón, en el contexto del COVID-19

Esta formación es importante, considerando las medidas de seguridad que hay que tener en cuenta en el contexto actual, y garantizando la equidad e igualdad en el desarrollo de la competición

Para ello se analizan las diferentes áreas, y el equipamiento necesario para el desarrollo de la función, así como las medidas de seguridad y EPIS que los Voluntarios deben tener en consideración

Todos los voluntarios presentes en un evento:

-  Deben registrarse electrónicamente en el sistema FETRI, y aceptar el descargo de responsabilidad
-  Aportar el cuestionario médico COVID-19 cuyo enlace de descarga está disponible durante el registro
-  Hacer uso correcto de la uniformidad, y de la acreditación recibida
-  Ser educados y proactivos con los deportistas y otras personas asistentes al evento
-  Mantener tu espacio de trabajo limpio y ordenado. Recuerda nuestro compromiso con la sostenibilidad
-  Y recuerda descargar la APP Radar COVID

Se recomienda a todos los voluntarios el uso de la herramienta desarrollada por el Gobierno “**Radar Covid19**” para que se active también el protocolo ordinario para mayor control de la pandemia.



App para Andrid ([aquí](#))



App para IOS ([aquí](#))



¿QUÉ ES RADAR COVID?
Es una app que una vez instalada en el móvil, te ayuda a conocer si has tenido algún contacto de riesgo con personas COVID+, que en algunos casos podrías desconocer porque se ha producido fuera de tu entorno más cercano, y te informa de las actuaciones que debes realizar.

¿ES ANÓNIMA?
Totalmente.
La app no recoge ningún dato personal ni de geolocalización, incluidos los datos del GPS. No se puede determinar la identidad del usuario ni de las personas con las que ha estado.

¿QUÉ NO HACE?
No establece un diagnóstico médico de enfermedad por coronavirus. No comunica los resultados de la PCR.

¿CÓMO SE USA?
Se ha de mantener el móvil encendido y llevarlo siempre encima al salir de casa.
Tener la opción “radar COVID” y Bluetooth siempre activados para que el sistema pueda detectar tus contactos con otros usuarios (incluso si el teléfono está en modo avión).
Abrir la aplicación periódicamente y revisar las notificaciones que muestre para observar si el riesgo de exposición ha sufrido alguna modificación.

RADAR COVID ES MÁS ÚTIL CUANTOS MÁS USUARIOS LA UTILICEN

SI LA TIENES, NOS PROTEGE

 Sacyl |  Junta de Castilla y León

-  Control de accesos a la sede
-  Control de accesos dentro de la sede
-  Entrega de dorsales
-  Guardarropa
-  Zona de salida
-  Piragüistas
-  Recorridos
-  Avituallamientos
-  Zona de meta
-  Escoltas control antidoping
-  Zona de recuperación
-  Entrega de premios
-  Apoyo para separar al público/espectadores



Labores a realizar



Apoyo al personal de seguridad de acceso a la sede



Asegurar que todos las personas que acceden se les hace la toma de temperatura y se les ofrece gel hidroalcohólico para que se limpien las manos al acceder



Se marca en la acreditación que ya se les ha tomado la temperatura



Revisión de la señalética que debe estar colocada en la zona, y las pegatinas en el suelo



Equipamiento necesario



Mascarillas de repuesto



Gel hidroalcohólico



Termómetro



Desinfectante



Contenedor



Señalización



EPI para el voluntario



Mascarilla obligatoria



Guantes (opcional)



Bote pequeño de gel

hidroalcohólico





1. Señalización
2. Gel
3. Termómetro





Labores a realizar

-  Control de accesos en diferentes zonas de la sede y verificar el criterio de acceso según las acreditaciones
-  Estar provisto de gel hidroalcohólico para ofrecer a las personas que acceden
-  Revisión de los carteles que indican los criterios de acceso

Equipamiento necesario

-  Gel hidroalcohólico

EPI para el voluntario

-  Mascarilla obligatoria
-  Guantes (opcional)
-  Bote pequeño de gel hidroalcohólico



Labores a realizar

-  Apoyo al Staff de la FETRI en la entrega de dorsales
-  La entrega se realizará con medios electrónicos (preferiblemente tablet)

Equipamiento necesario

-  Gel hidroalcohólico
-  Desinfectante
-  Pañuelos de papel
-  Papelera

EPI para el voluntario

-  Mascarilla obligatoria
-  Pantalla facial (opcional)
-  Guantes (opcional)
-  Bote pequeño de gel hidroalcohólico



1. Tablet
2. Gel
3. Desinfectante
4. Papelera
5. Pantalla facial
6. Mascarilla
7. Pañuelos



Labores a realizar

-  Organizar la zona de guardarropa
-  Permitir que el deportista sea autónomo, deje su bolsa y la retire al finalizar la acreditación

Equipamiento necesario

-  Gel hidroalcohólico
-  Desinfectante

EPI para el voluntario

-  Mascarilla obligatoria
-  Pantalla facial (opcional)
-  Guantes (opcional)
-  Bote pequeño de gel hidroalcohólico





Labores a realizar



Apoyo a los deportistas en la zona de salida durante el entrenamiento previo y antes de la salida



Ayudar a una alineación correcta y respetuosa de los deportistas



Asegurar que los contenedores para depositar las mascarillas desechables y la señalización está colocada



Estar provistos de mascarillas desechables para que el deportista que finalice el entrenamiento previo, tenga una mascarilla al finalizar



Asegurar que todos los deportistas depositan la mascarilla en el contenedor antes de entrar al agua



Equipamiento necesario



Mascarillas de repuesto



Gel hidroalcohólico



EPI para el voluntario



Mascarilla obligatoria



Pantalla facial (opcional)



Guantes (opcional)



Bote pequeño de gel hidroalcohólico



1. Contenedor
2. Mascarilla
3. Señalización
4. Mascarillas de repuesto





Labores a realizar

-  Acompañamiento a los deportistas durante el segmento de natación
-  Protección de los giros en las boyas durante el segmento de natación

Equipamiento necesario

-  Mascarillas de repuesto

EPI para el voluntario

-  Mascarilla obligatoria
-  Pantalla facial (opcional)
-  Bote pequeño de gel hidroalcohólico



Labores a realizar

-  Indicaciones en los recorridos
-  Dirigir y controlar pasos de peatones
-  Control del público
-  Informar de cualquier peligro o accidente que pueda ocurrir durante el evento

Equipamiento necesario

-  Silbato (solo para uso imprescindible)

EPI para el voluntario

-  Mascarilla obligatoria
-  Pantalla facial obligatoria
-  Guantes obligatorios
-  Bote pequeño de gel hidroalcohólico





Labores a realizar

-  Preparar la zona de avituallamiento de los recorridos para los deportistas
-  Competiciones Elite: Los voluntarios ofrecerán las botellas de agua a los deportistas que serán entregadas con el tapón quitado y sujetadas con la mano desde la base de la botella
-  Resto de Competiciones: Las botellas se dejarán abiertas encima de la mesa, y será el propio deportista el que se detenga a coger la botella/producto
-  Se deben establecer dos grupos de voluntarios, los que ofrecen / colocan el producto y los que recogen los residuos



Equipamiento necesario

-  Gel hidroalcohólico
-  Desinfectante
-  Contenedores
-  Señalización específica (200 metros / avituallamiento / inicio residuos / fin residuos)



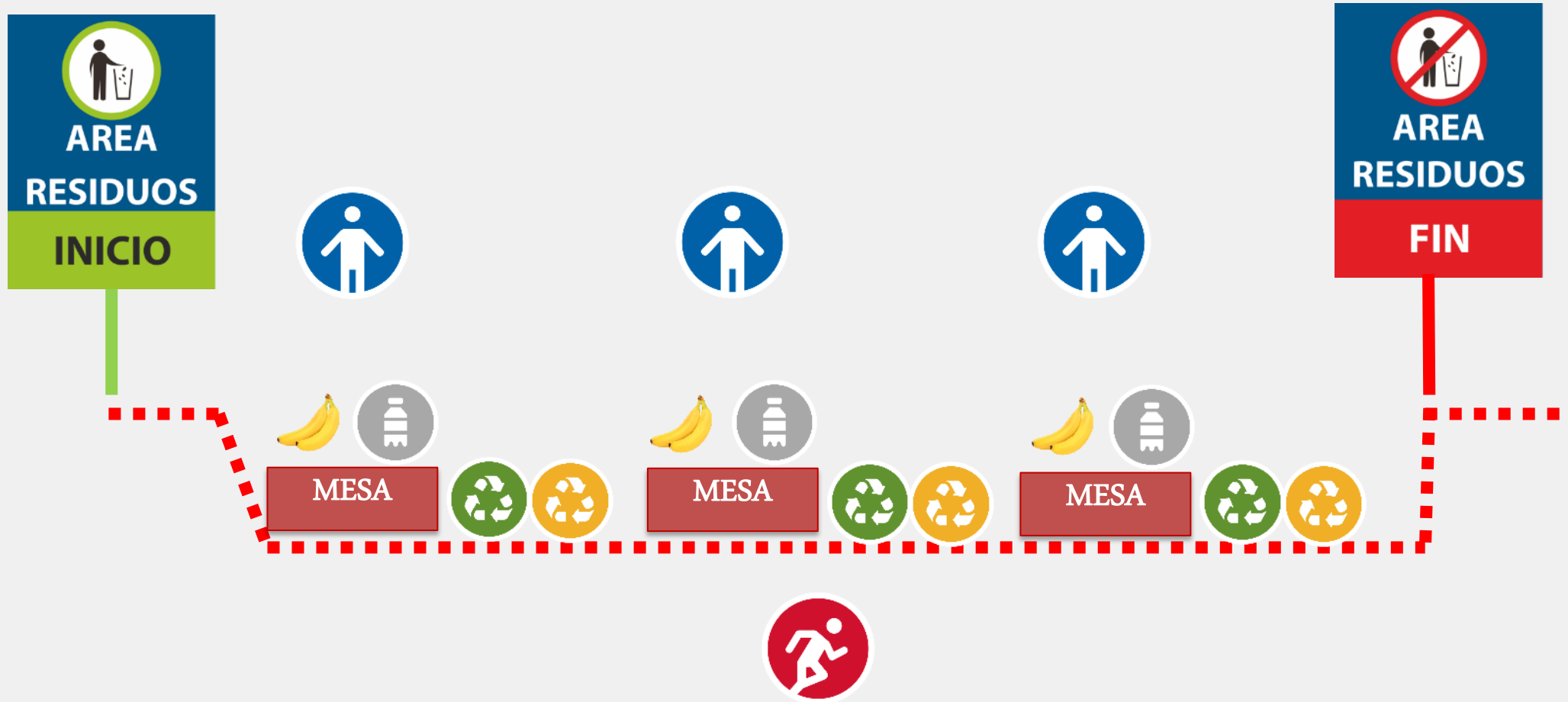
EPI para el voluntario

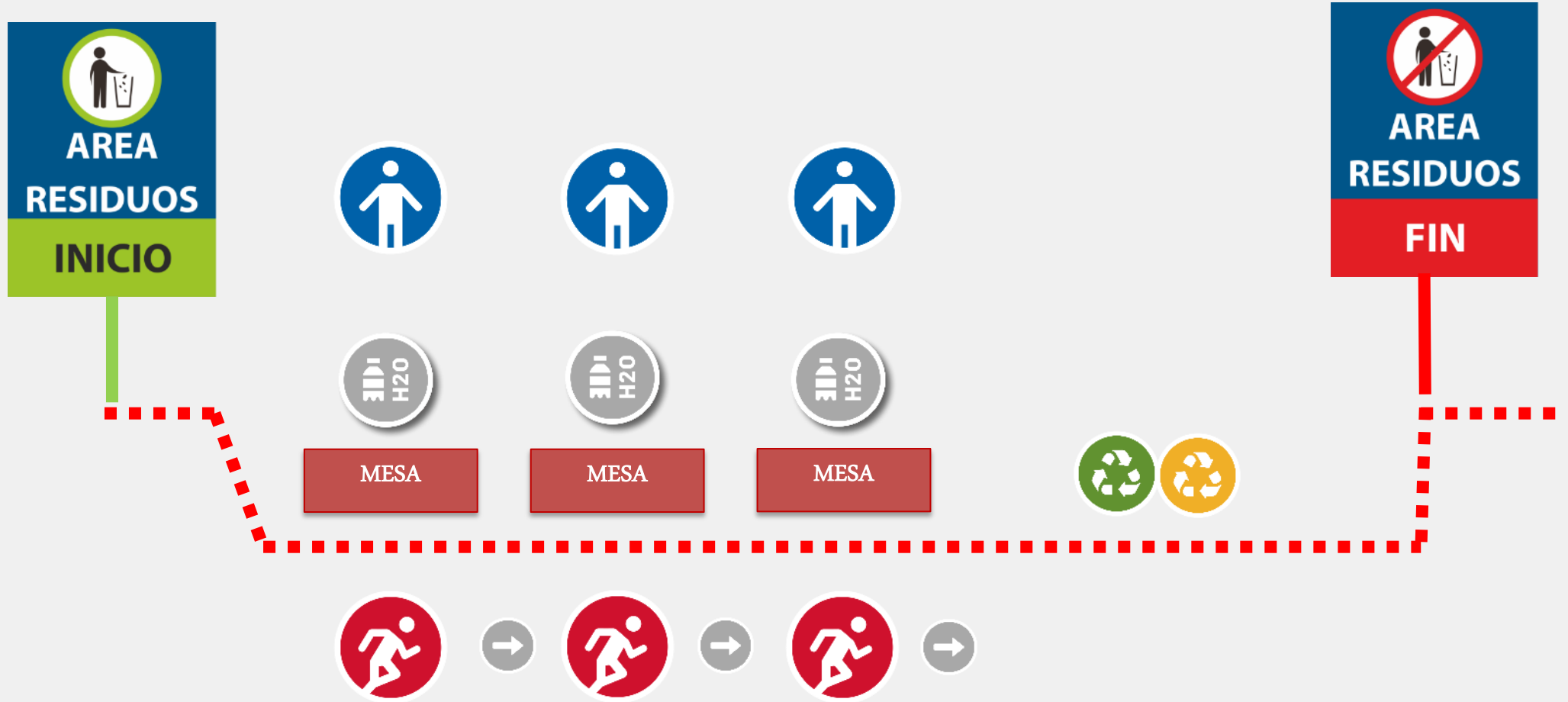
-  Mascarilla obligatoria
-  Pantalla facial obligatoria
-  Guantes obligatorios
-  Bote pequeño de gel hidroalcohólico



1. Contenedor
2. Guantes







Labores a realizar

-  Preparar la zona de meta para aislarla y dejarla limpia para los deportistas
-  Estar provistos de mascarillas para inmediatamente un deportista abandone la zona de meta se le entregue una mascarilla
-  Retirar los chips a los deportistas

Equipamiento necesario

-  Gel hidroalcohólico
-  Mascarillas desechables
-  Contenedores

EPI para el voluntario

-  Mascarilla obligatoria
-  Pantalla facial obligatoria
-  Guantes obligatoria
-  Bote pequeño de gel hidroalcohólico



1. Guantes
2. Pantalla facial
3. Mascarillas desechables



Labores a realizar

-  Escortar a los deportistas que han sido designados para pasar control antidopaje, y acompañarles hasta el final del mismo, bajo las indicaciones de los agentes
-  Estar pendientes por si son llamados a entregas de medallas, para pedir autorización al agente de AEPSAD para escoltarlos a la ceremonia

EPI para el voluntario

-  Mascarilla obligatoria
-  Pantalla facial (opcional)
-  Guantes (opcional)
-  Bote pequeño de gel hidroalcohólico



Labores a realizar

-  Entrega del producto de avituallamiento a los deportistas al finalizar la competición

Equipamiento necesario

-  Mascarillas de repuesto
-  Gel hidroalcohólico
-  Desinfectante

EPI para el voluntario

-  Mascarilla obligatoria
-  Pantalla facial (opcional)
-  Guantes obligatorios
-  Bote pequeño de gel hidroalcohólico



1. Guantes
2. Mascarilla
3. Contenedor



Labores a realizar

-  Organizar y asistir en las entregas de premios
-  Preparar las bandejas y desinfectarlas tras cada entrega
-  El voluntario, acercará la bandeja con la medalla al/la deportista, que recogerá la medalla de la bandeja y se la colocará. Una vez la bandeja vuelva a la mesa, deberá ser desinfectada

Equipamiento necesario

-  Gel hidroalcohólico
-  Desinfectante

EPI para el voluntario

-  Mascarilla obligatoria
-  Bote pequeño de gel hidroalcohólico



Labores a realizar

-  Observar posibles grupos de aglomeraciones y ayudar a la separación de los mismos
-  Mantener al público/espectadores que intenten respetar en todo momento la distancia social

EPI para el voluntario

-  Mascarilla obligatoria
-  Bote pequeño de gel hidroalcohólico

MANTENTE SANO: ¡LÁVATE LAS MANOS!

¿Por qué?

- Previene las infecciones
- Previene la diseminación de gérmenes: lavarse frecuentemente con agua y jabón contribuye a eliminar gérmenes que no vemos

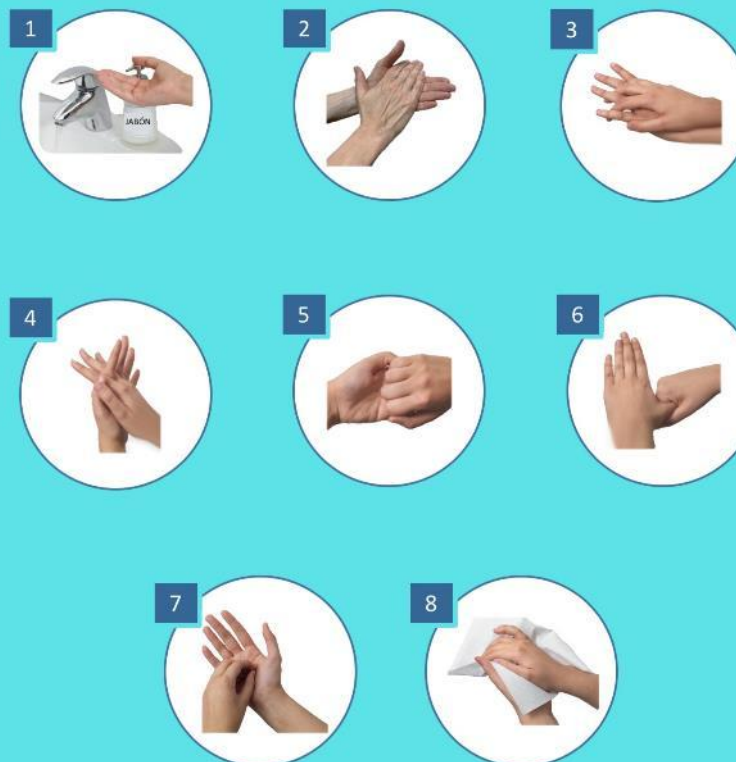
¿Cuándo?

- Antes y después de atender a alguien que esté enfermo
- Antes, durante y después de preparar alimentos
- Antes de comer
- Antes y después de tratar heridas o cortaduras
- Después de ir al baño
- Después de sonarse la nariz, toser o estornudar
- Después de tocar un animal, comida para animales, jaulas o heces de animales
- Después de usar el transporte público
- Después de tocar la basura
- Si tienes las manos visiblemente sucias

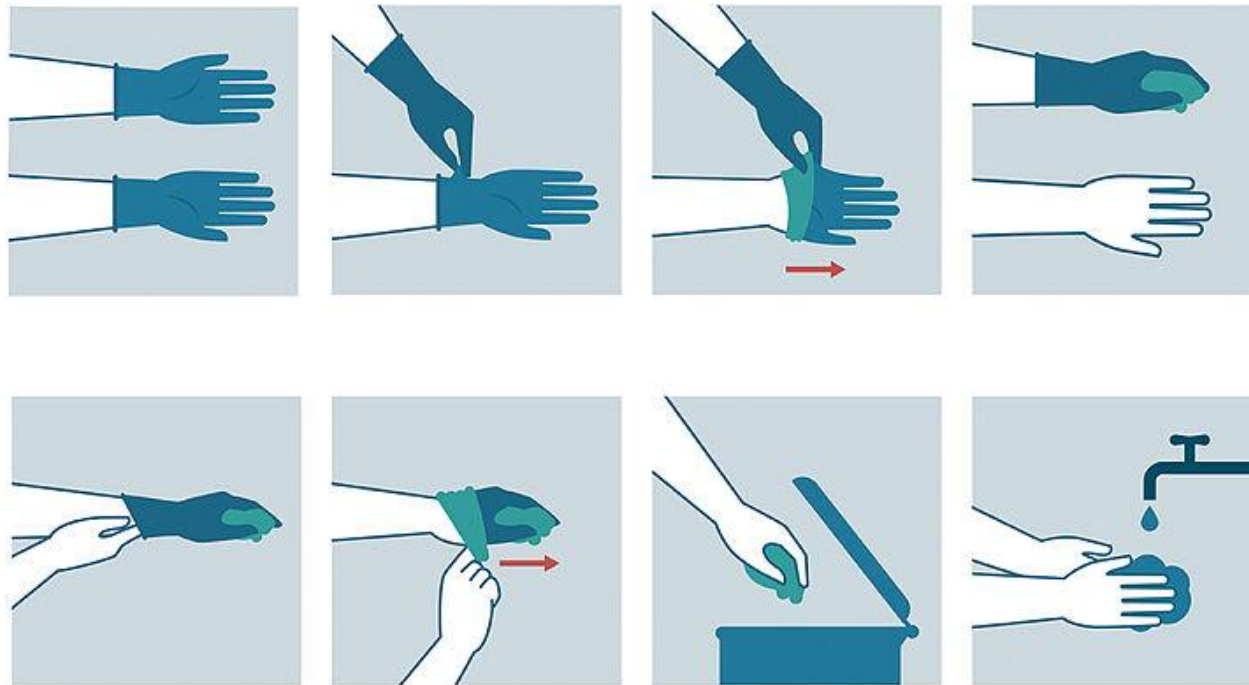




¿CÓMO DEBO LAVARME LAS MANOS?



-  Lávate las manos antes de ponértelos.
-  Ponte el guante tirando desde la parte trasera de éste sin tocar la parte de los dedos o la palma.
-  Evita tocarte la cara, incluida la mascarilla si la llevases.
-  Quítate los según la figura siguiente.
-  Deséchalos después de su uso.
-  Lávate las manos después de quitártelos.



CÓMO QUITARSE LOS GUANTES CON SEGURIDAD

-  **1 Pellizca** el guante en la muñeca. Evita tocar la piel.
-  **2 Retira** el guante totalmente.
-  **3 Recoge** el guante con la otra mano **manteniéndolo sujeto y arrugado**.
-  **4 Deslizamos** dos dedos dentro del segundo guante. **No tocar la parte exterior del guante.**
-  **5 Retiramos** el segundo guante.
-  **6 Una vez nos quitamos los guantes, los desechamos en una papelera con bolsa de plástico y la cerramos. Lavamos las manos.**

Las mascarillas pueden ser de autoprotección FFP2 o 3 y tipo quirúrgicas que evitan el contagio a terceros.

-  Lávate las manos antes de ponértela.
-  Cubre totalmente la boca, nariz y barbilla con ella.
-  Evita tocar la mascarilla mientras la llevas puesta.
-  Desecha la mascarilla cuando esté húmeda o mojada.
-  Para quitártela, hazlo por la parte trasera evitando tocar la parte frontal.
-  Lávate las manos después de usarla.
-  **HAZ UN USO RESPONSABLE Y ADECUADO PARA NO CONTRIBUIR AL DESABASTECIMIENTO.**

Mascarillas higiénicas en población general

Las personas asintomáticas o con síntomas leves pueden transmitir la COVID-19. Por ello, el uso de mascarillas higiénicas en la población general en algunas circunstancias podría colaborar en la disminución de la transmisión del virus.

Esto es así, sólo si se hace un uso correcto y asociado a las medidas de prevención y se cumplen las medidas para reducir la transmisión comunitaria:



Una mascarilla higiénica es un producto no sanitario que cubre la boca, nariz y barbilla provisto de una sujeción a cabeza u orejas

Se han publicado las especificaciones técnicas UNE para fabricar mascarillas higiénicas:

- Reutilizables (población adulta e infantil)
- No reutilizables (población adulta e infantil)

Su uso es OBLIGATORIO:

- En el transporte público
- En la vía pública, en espacios al aire libre, espacios cerrados de uso público o abiertos al público, siempre que no sea posible mantener la distancia de seguridad



¿QUIÉN debe usarla?

La población general sana, a partir de 6 años, excepto:

- Dificultad respiratoria
- Contraindicación
- Actividades con las que sea incompatible
- Causa de fuerza mayor o situación de necesidad



Haz un uso correcto para no generar más riesgo:

- Lávate las manos antes de ponerla.
- Durante todo el tiempo la mascarilla debe cubrir la boca, nariz y barbilla. Es importante que se ajuste a tu cara.
- Evita tocar la mascarilla mientras la llevas puesta.
- Por cuestiones de comodidad e higiene, se recomienda no usar la mascarilla por un tiempo superior a 4 horas. En caso de que se humedezca o deteriore por el uso, se recomienda sustituirla por otra. No reutilices las mascarillas a no ser que se indique que son reutilizables.
- Para quitarte la mascarilla, hazlo por la parte de atrás, sin tocar la parte frontal, deséchala en un cubo cerrado y lávate las manos.
- Las mascarillas reutilizables se deben lavar conforme a las instrucciones del fabricante.

21 de mayo 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte
www.mscbs.gob.es
@sanidadgob

ESTE VIRUS
LO
PARAMOS
UNIDOS

GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE SANIDAD

Uso de mascarillas médicas o quirúrgicas en población general

La mascarilla médica o quirúrgica es un producto sanitario homologado que limita la salida de las gotas respiratorias, por lo que previene la transmisión del virus a otras personas

En ciertas situaciones indicadas, también puede protegerte si la usas correctamente y siempre añadida a las medidas de prevención. Y recuerda: si tienes síntomas, quédate en casa y aíslate en tu habitación



¿Quién debe usarlas?

Personas con síntomas o diagnóstico de COVID-19

Personas que han estado en contacto estrecho con alguien con COVID-19 en los últimos 14 días

Cuidadores de personas con COVID-19

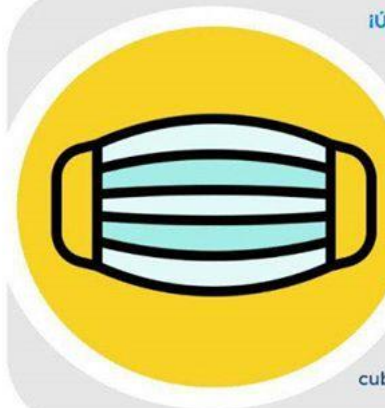
Población vulnerable: mayores, con hipertensión, diabetes, enfermedades cardiovasculares o pulmonares crónicas, cáncer, inmunodeprimidos y embarazadas

Haz un uso responsable de esta mascarilla para que quienes la necesiten puedan utilizarla

¿Cuándo?

- ➔ Al entrar alguien en su habitación o al recibir cuidados
- ➔ Cuando están con los convivientes en la casa y si tienen que salir a la calle (p. ej. para asistencia sanitaria)
- ➔ Al atender al paciente a menos de 2 m.
- ➔ Al salir a la calle o estar en contacto con otras personas

¡Úsala correctamente para evitar riesgos!



Lávate las manos antes de ponértela y evita tocarla mientras la llevas

Siempre debe cubrir boca, nariz y barbilla

Deséchala cuando esté húmeda y no la reutilices si no se indica que puedes

Quítatela por la parte de atrás, sin tocar la parte frontal, deséchala en un cubo cerrado y lávate las manos



21 abril 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte
www.mscbs.gob.es
@sanidadgob

ESTE VIRUS
LO
PARAMOS
UNIDOS

GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE SANIDAD

HOW TO WEAR A MEDICAL MASK SAFELY

who.int/epi-win

Do's →



Find the top side, where the metal piece or stiff edge is



Ensure the colored-side faces outwards



Place the metal piece or stiff edge over your nose



Cover your mouth, nose, and chin



Adjust the mask to your face without leaving gaps on the sides



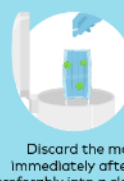
Avoid touching the mask



Remove the mask from behind the ears or head



Keep the mask away from you and surfaces while removing it



Discard the mask immediately after use preferably into a closed bin



Wash your hands after discarding the mask

Don'ts →



Do not Use a ripped or damp mask



Do not wear the mask only over mouth or nose



Do not wear a loose mask



Do not touch the front of the mask



Do not remove the mask to talk to someone or do other things that would require touching the mask



Do not leave your used mask within the reach of others



Do not re-use the mask

Remember that masks alone cannot protect you from COVID-19. Maintain at least 1 metre distance from others and wash your hands frequently and thoroughly, even while wearing a mask.

**Mascarilla Médica
Tres Capas**



Pantalla de protección facial



