



Un día nos juntamos...



Y dimos en equipo
#BATALLAALVIRUS



Nos dijimos...



Volveremos...



#VOLVEREMOSBSC

#VOLVEREMOSBSC



Plan de retorno a la actividad deportiva en Barcelona Sporting Club

Acorde a procedimientos sanitarios del modelo de riesgos ALL HAZARDS APPROACH
Con métodos sanitarios COVID 19, establecidos

#VOLVEREMOSBSC

Un plan de acción responsable que busca capacitar y orientar correctamente a todos quienes formamos **Barcelona S.C**, preparándonos para los eventuales riesgos, desarrollando capacidades y generando bienestar.

#VOLVEREMOSBSC

“Las mejores medidas contra la pandemia no están en las normas sino en la disciplina y cuidado personal de todas sus actividades.”

C. CASTELBLANCO

#VOLVEREMOSBSC

REFERENCIAS



**Organización
Mundial de la Salud**

& Principales Ligas de Fútbol del mundo



Importancia

- **Buscamos garantizar el cuidado de nuestra gente:** personal de seguridad, mantenimiento, logística, utilería, grupo médico, todos, y por supuesto nuestros jugadores, **NUESTROS PROTAGONISTAS**, con el afán de protección y cuidado.
- Tener un inventario completo que permita abastecer y reabastecer de **todo lo necesario en este gran reto.**
- **Reconfigurar espacios de trabajo** más seguros con el equipamiento adecuado, para esta pandemia.
- **Re-crear cadenas de comunicación** efectivas y eficaces en educación sanitaria para las diferentes áreas de nuestra institución.
- **Preservar la salud integral** mediante el desarrollo de la actividad física, el aprendizaje técnico, un esquema de nutrición basado en buenos hábitos y la prevención de lesión y daño.



**Plan basado en Promoción
y prevención de salud**

Etapas

- **FASE 0** EDUCAR SOBRE EL RETORNO Y DISEÑAR LOGISTICA
- **FASE 1** CONTROL Y SEGUIMIENTO DE EXAMENES
- **FASE 2** REENTRENAMIENTO DEPORTIVO
- **FASE 3** ENTRENAMIENTO Y EVALUACION DE ESQUEMAS PLANTEADOS
- **FASE 4** CONCENTRACION Y COMPETENCIAS

#VOLVEREMOSBSC



ACCIONES ESPECÍFICAS DEL PLAN



PROGRAMAS DE
EDUCACIÓN BÁSICA
ONLINE PARA TODAS
LAS ÁREAS QUE
PARTICIPAN



DESINFECCIÓN DE
LAS INSTALACIONES
PREVIO Y
SUBSECUENTES AL
RETORNO

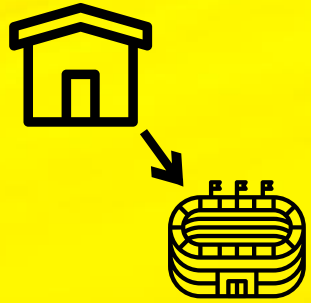


REALIZACIÓN
DE EXÁMENES
MÉDICOS
INICIALES Y
SUBSECUENTES

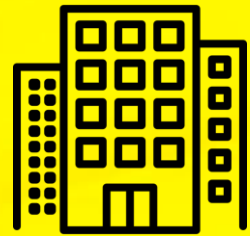


CONTROL
Y SEGUIMIENTO
DE STANDARES
DE SALUD A
JUGADORES,
TÉCNICOS
Y PERSONAL

CUIDADOS Y PROTECCIÓN



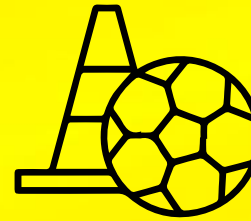
DESDE CASA HACIA
LUGAR DE
ENTRENAMIENTO



PERMANENCIA EN
INSTALACIONES BSC



DURANTE
ENTRENAMIENTO



FINALIZADO
ENTRENAMIENTO



DESDE LUGAR DE
ENTRENAMIENTO
HACIA CASA



EN CASA



DESINFECCIÓN INSTALACIONES
POSTERIOR A ENTRENAMIENTOS



ATENCIÓN A LA PRENSA

#VOLVEREMOSBSC

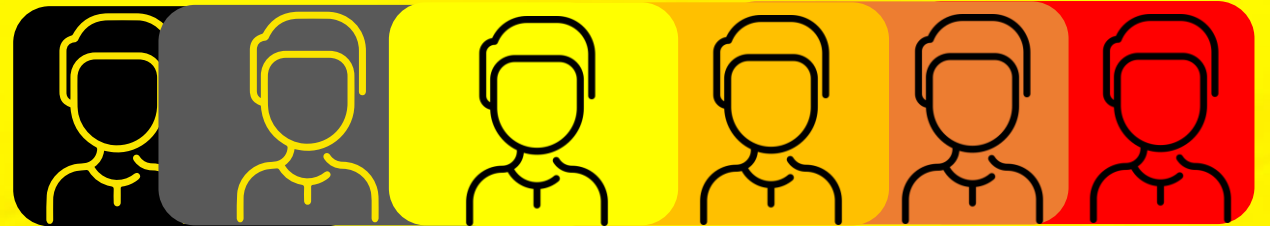


**PROGRAMAS DE EDUCACIÓN BÁSICA ONLINE
PARA TODAS LAS ÁREAS INVOLUCRADAS**

#VOLVEREMOSBSC



**REALIZACION DE
MATERIAL EDUCATIVO
ONLINE PARA TODAS
LAS AREAS DE BSC**



Reuniones online con Cuerpo Técnico, Jugadores, Familiares de jugadores, Personal de logística, Dirigentes y Colaboradores BSC

- *Utilizando todas las herramientas online de enseñanza aprendizaje (trivias concursos etc., a nivel interno) a fin de poder crear feedback de neurociencia aplicada.*

#VOLVEREMOSBSC

**PREVIO Y
SUBSECUENTE
AL RETORNO**



DESINFECCIÓN DE
INSTALACIONES



REALIZACIÓN DE
EXÁMENES MÉDICOS



Desinfección del césped natural/sintético



Desinfección de áreas de cemento



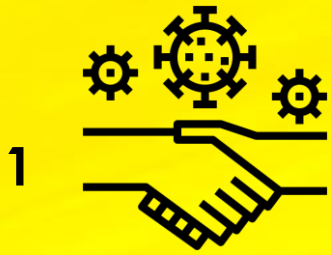
Uniforme del Personal BSC de desinfección

Deberá contar con acrílico, gafas, mascarilla y uniforme completo de protección antifluidos

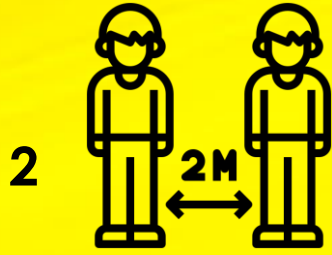
#VOLVEREMOSBSC



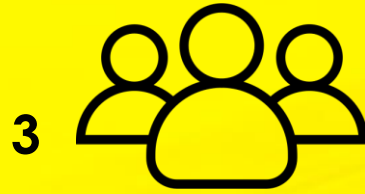
MEDIDAS GENERALES DE PREVENCIÓN



Evitar el contacto físico: No saludar de beso ni de mano.



Mantener siempre la distancia: La distancia entre personas es de 2 metros.



Evitar grupos numerosos (sobre todo en espacios cerrados): Todas las juntas o pláticas se deben realizar en espacios abiertos, de preferencia al aire libre donde exista presencia directa de rayos solares.



Lavado de manos: Lavarse las manos constantemente con jabón y agua corriente por al menos 40 segundos. Obligatorio lavarse las manos después de tocar cualquier superficie.



Uso de gel desinfectante (alcohol al 70%): Aplicar gel en palmas de las manos constantemente y distribuir al resto de las manos, sin olvidar los dedos y espacios interdigitales.

6



No tocarse la cara: Las mucosas de ojos, nariz y boca son un medio para contraer la infección.

7



Estornudo de etiqueta: cubriendo con un pañuelo desechable para proteger nariz y boca o el ángulo interno del codo a la hora de estornudar, el objetivo es evitar diseminación de las gotículas en el aire.

8



Uso de la mascarilla: Se busca limitar esta vía de contagio limitando la propagación de gotículas al hablar o estornudar.

9



Evitar compartir objetos: El virus puede permanecer por hasta 16 horas en algunas superficies, por lo tanto evitar compartir objetos como celulares, audífonos, plumas o cualquier objeto que pueda ser vía de contagio.

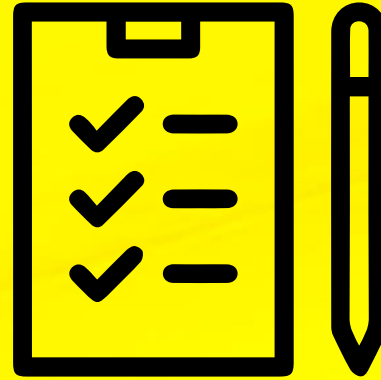
10



NO presentarse si existen signos y/o síntomas de enfermedad de vías respiratorias: En caso de presentar algún signo o síntoma de infección respiratoria*, la persona no se debe de presentar a trabajar sin antes haberse comunicado al personal médico de referencia del club, quien dará la atención y orientación necesaria.

(*). Tos, estornudos, escurrimiento nasal, malestar general, dificultad para respirar, pérdida del olfato, etcétera.

#VOLVEREMOSBSC



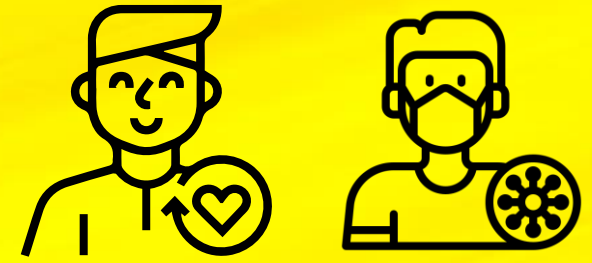
**CONTROL Y SEGUIMIENTO DE ESTÁNDARES
DE SALUD A JUGADORES, TÉCNICOS Y PERSONAL BSC**



a. Las pruebas de diagnóstico son fundamentales en el plan, prueba de hisopado y prueba rápida. Hay exámenes que se realizan de acuerdo a la etapa en que se encuentre el jugador.



b. Los exámenes de laboratorio para fase dos incluyen pruebas rápidas y de reconocimiento especial como biometría hemática completa.



c. Clasificación del personal y jugadores de acuerdo a la prueba inmunológica realizada.

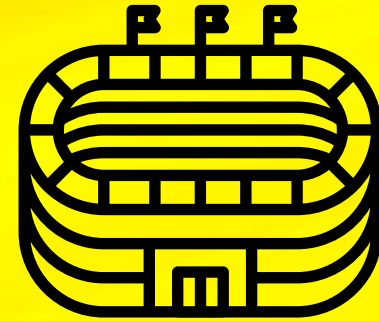
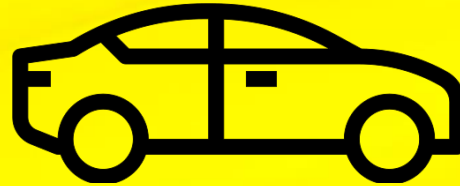
CLASIFICACIÓN DEL PERSONAL Y JUGADORES DE ACUERDO A LA PRUEBA INMUNOLÓGICA REALIZADA



Pruebas Iniciales



#VOLVEREMOSBSC



CUIDADOS Y PROTECCIÓN
DESDE CASA HACIA EL LUGAR DE ENTRENAMIENTO



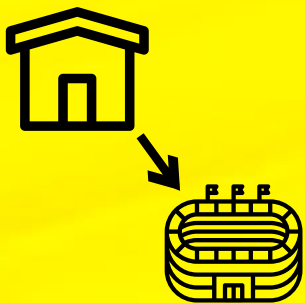
1. ANTES DE SALIR DE CASA, LAVARSE BIEN LAS MANOS CON JABÓN

Tener alcohol en gel dentro del automóvil, el mismo que volverá a utilizarlo apenas vuelva a su vehículo.



2. LLEVAR SU ROPA, TOALLAS Y SUPLEMENTOS

El celular, joyas, cadenas, aretes y piercings deberán quedar en casa o en el automóvil.



3- DESDE LA CASA AL LUGAR DE ENTRENAMIENTO

No hacer escalas ni entrar en contacto con otras personas.

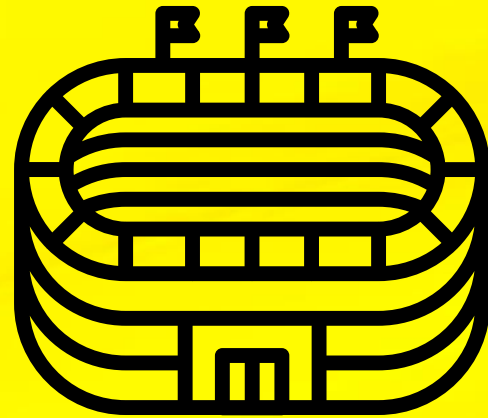


4- TRANSPORTARSE SIN ACOMPAÑANTES

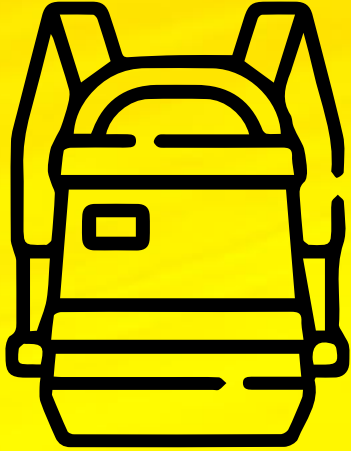
En caso de no disponer, será caso especial a resolver en el periodo de capacitación. Si fuera muy necesario deberán ir hasta dos personas en el automóvil.

NOTA GENERAL: CONSERVAR LAS NORMAS BÁSICAS DE CONVIVENCIA, SALUDO DE PALABRA, NO ESCUPIR NI SONARSE CON PAÑUELO, NO COMPARTIR PRENDAS DE VESTIR NI ENVASES DE HIDRATACIÓN

#VOLVEREMOSBSC

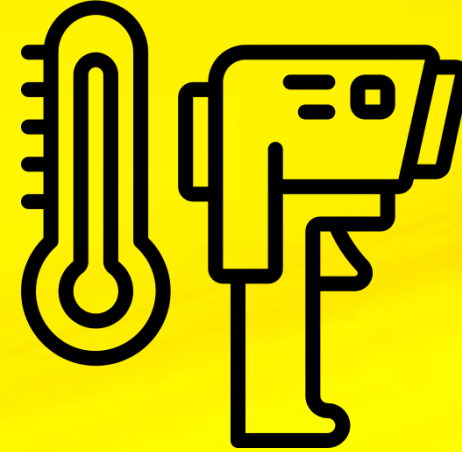


**CUIDADOS Y PROTECCIÓN
EN LAS INSTALACIONES BSC**



1.- AL DESCENDER DEL CARRO

No bajar teléfono, lentes, auriculares, etc., sólo hacerlo con los elementos necesarios. Usar la mano no dominante para tocar picaportes u otros objetos. Portar mascarilla, hasta el momento en que comience el entrenamiento. Pisar la bandeja de limpieza de calzado, y se dirigirá hacia el punto médico



2.-TESTEO DE TEMPERATURA

El jugador llegará al punto médico donde se realizará testeo de temperatura a cada miembro de la plantilla, mediante termómetro infrarrojo

#VOLVEREMOSBSC

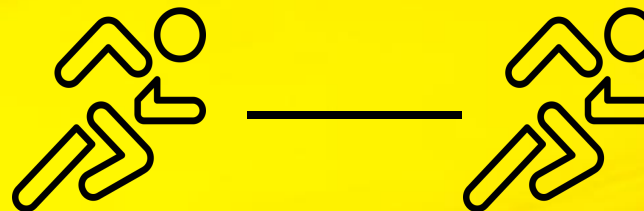


**CUIDADOS Y PROTECCIÓN
DURANTE Y DESPUÉS DEL ENTRENAMIENTO**



a. – ENTRENAMIENTOS AL AIRE LIBRE

Nunca se entrenará en lugares cerrados.
Tres canchas simultáneas con 10 jugadores cada una



b. – RESPETANDO DISTACIAS

A distancias mayores a dos metros



c. – LAVARSE BIEN LAS MANOS

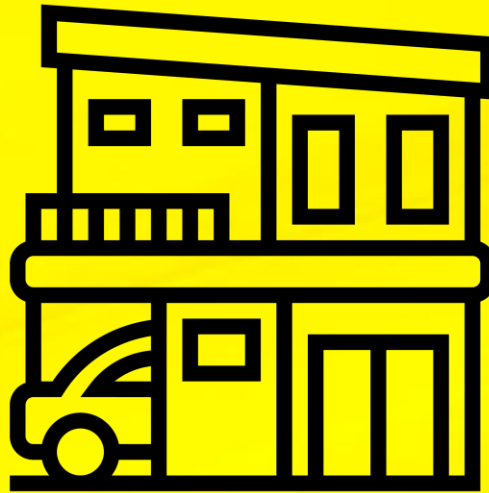
Al termino de entrenamiento deberá lavarse las manos por un minuto y aplicar luego alcohol en gel.



d. – USO DE GUANTES, MASCARILLAS Y BANDEJA DE LIMPIEZA DE CALZADO

Finalizado el lavado de manos, habrá un surtidor de mascarillas y guantes. Luego de eso, nuevamente pisará la bandeja de limpieza de calzado para ir hacia el automóvil

#VOLVEREMOSBSC

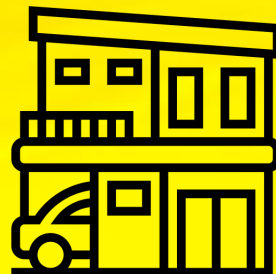


CUIDADOS Y PROTECCIÓN
DESDE EL LUGAR DE ENTRENAMIENTO Y EN LA CASA



**EL PERSONAL DE LIMPIEZA
DESINFECTARÁ LAS INSTALACIONES
Y LOS ELEMENTOS DE ENTRENAMIENTO
QUE SE UTILICEN**

Se desinfectarán todos los elementos de uso común, así también las instalaciones utilizados por el jugador.



a. DIRIGIRSE AL HOGAR

sin entrar en contacto con más personas.



b.- AL LLEGAR A CASA

Despojarse del calzado y dejarlos en el ingreso. Meterlos en una bolsa para su posterior desinfección.



c. SACARSE LA ROPA Y BAÑARSE

Lo mismo se hará con las ropas de entrenamiento, toalla y ropa interior. Bañarse inmediatamente, con mucha agua caliente y jabón.

NOTA: EN CASA DEBEN CUMPLIR CON EL AISLAMIENTO SOCIAL. NO COMPARTIR ARTICULOS CON NADIE, HASTA QUE LAS AUTORIDADES DEN NUEVAS INDICACIONES

#VOLVEREMOSBSC

“VOLVER A LA NORMALIDAD NO SOLO SE REFIERE A LA BIOSEGURIDAD, SINO TAMBIEN, A LA SOLIDARIDAD Y EL RESPETO A LAS NORMAS Y A LOS DEMÁS”
C. CASTELBLANCO

#VOLVEREMOSBSC



GRACIAS A TODOS NUESTROS SPONSORS

marathon

CERVEZA
PILSENER
DESDE 1913

GOLTV

Cnt

HERBALIFE
NUTRITION

Havoline

pepsi

RIVAL
+ tubos +

GD
DIFARE
GRUPO

Claro

TELCONET

Saludsa

Farm Agro
El compadre del agro

3M

GOLDS
GYM

Hunter
Esuy seguro

HT|GYM