



## **FEDERACIÓN BOLIVIANA DE NATACIÓN**

### **Reapertura de Centros Acuáticos de entrenamiento y enseñanza, en época de alerta sanitaria por COVID-19**

#### **CONSIDERANDO:**

Que toda actividad deportiva son requisitos importantes para una buena salud de toda población de todas las clases sociales, también importante para el crecimiento sociocultural de todo niño, niña, adolescente y mayores.

Que la actividad de la natación es la actividad principal de la Federación Boliviana de Natación.

Que las piscinas más allá de ser una instalación deportiva, es una ayuda esencial para la salud y bienestar como seguridad pública.

Que las piscinas a nivel nacional a parte de las públicas son gestionadas por asociaciones, clubes como emprendimientos personales o familiares, empresas, que además de pagar alquileres asumen gastos de mantenimiento, gastos administrativos, etc., además la naturaleza de nuestro deporte sin fines de lucro hace que todas las instancias no puedan soportar cierres prolongados, lo que pone en riesgo cientos de fuentes laborales a nivel nacional en todos sus niveles desde el técnico hasta el administrativo.

Que la reapertura de las instalaciones deportivas es, por lo tanto, una necesidad urgente, considerando también los dramáticos efectos económicos que tendría un cierre aún más prolongado sobre la gestión de los mismos y de las piscinas en particular, muchos de los cuales conducirían a un cierre definitivo, con consecuencias fácilmente comprensible sobre los efectos positivos que acabamos de destacar arriba.

Que cuando un nadador está nadando y exhala lo hace adentro del agua (en una correcta técnica) por lo que estaría desinfectando esa exhalación y no se contaminaría el aire cómo sucede cuando se corre o se anda en bicicleta.

Que la gestión de piscinas no está regulada a nivel nacional con ninguna legislación actual sobre higiene de piscinas y seguridad sanitaria de piscinas a nivel nacional.

Que de acuerdo a la emergencia Covid-19 nacional, debemos considerar que la presencia



## FEDERACIÓN BOLIVIANA DE NATACIÓN

de cloro en el agua no tan solo mitiga si no previene un contagio específico, recomienda otras reglas que los hacen aún más seguro las piscinas y lugares relacionados.

Que la reincorporación a la práctica deportiva requiere un explícito compromiso personal de todos los implicados (deportistas, técnicos, directivos y cualquier otra persona integrante del conjunto de actores implicados en el deporte).

Que el retorno a los entrenamientos se debe realizar de manera escalonada por fases, dando prioridad a los atletas que tienen compromisos internacionales.

Que Bolivia, a la fecha cuenta con niveles de contaminación en su población, con baja mortalidad y curvas de infección como pasan los días, como muestra la figura siguiente a la fecha 29/04/2020:



Que Bolivia a partir del lunes 11 de mayo, por disposición del Gobierno, ingresará en una “cuarentena dinámica” que clasificará a los departamentos y ciudades en tres categorías de riesgo: moderado, medio y alto, esta diferenciación se basará en una evaluación que llevará a cabo el Ministerio de Salud, de acuerdo con la cantidad de casos de coronavirus y el manejo de la pandemia en cada región.

Si bien es cierto, la cautela y la responsabilidad deben estar siempre presentes para evitar que la cantidad de enfermos diarios vaya en aumento.



## FEDERACIÓN BOLIVIANA DE NATACIÓN

Manteniendo medidas estrictas con distanciamiento social, en la circulación de las calles, en la cantidad de personas por metro cuadrado, en el lavado constante de manos, y otros, los datos muestran que el país tendrá una evolución de la enfermedad totalmente controlada.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), una concentración residual de cloro libre de  $\geq 0.5$  mg/L (equivale a 0.5 partes por millón -ppm-) en el agua durante un mínimo de 30 minutos de contacto a un  $\text{pH} < 8.0$  es suficiente para matar virus envueltos como el coronavirus<sup>(1,2,3,4,5)</sup>.

Que, en una piscina convencional con un buen sistema hidráulico y filtración, que respete su nivel de ocupación máxima, con un nivel del cloro  $\geq 0.5-1$  mg/L en toda la piscina (equivale a 0.5 partes por millón -ppm), se obtiene una calidad óptima del agua. Con esta concentración, el agua no solo está desinfectada sino que también tiene el potencial desinfectante para eliminar cualquier virus o germen que pueda entrar al agua.

Las instalaciones deportivas como los Centros Acuáticos de entrenamiento y enseñanza, no son balnearios donde las personas llegan a entretenerse y socializar, son clubes, academias educativas, creadas para que personas lleguen a un ambiente en el cual su entrenamiento y acondicionamiento físico lo realiza en una zona totalmente libre de COVID-19 y de cualquier otro microorganismo.

Las personas se someten de manera voluntaria a hacer uso del espacio con horarios diferenciados de uso de la piscina, con un entrenador y/o instructor en todo momento vigilando su desempeño. El horario de uso depende del público meta que llega a instruirse.

---

<sup>1</sup>World Health Organization. (2020). Water, sanitation, hygiene and waste management for COVID-19: technical brief, 03 March 2020 (No. WHO/2019-NCoV/IPC\_WASH/2020.1). World Health Organization.

<sup>2</sup><https://www.wef.org/news-hub/wef-news/the-water-professionals-guide-to-the-2019-novel-coronavirus/>

<sup>3</sup>Luo, N. 2020. Stop COVID-19 with Air Spray of a Hypochlorite Solution. Preprint. [https://www.researchgate.net/publication/339947098\\_Stop\\_COVID-](https://www.researchgate.net/publication/339947098_Stop_COVID-19_with_Air_Spray_of_a_Hypochlorite_Solution?channel=doi&linkId=5e6f249a92851c6ba706644a&showFulltext=true)

<sup>4</sup><https://www.swimmingworldmagazine.com/news/coronavirus-and-swimmers-cdc-issues-guidance-on-water-transmission-covid-19/>

<sup>5</sup><https://baptisthealth.net/baptist-health-news/can-covid-19-spread-via-swimming-pools/>



# FEDERACIÓN BOLIVIANA DE NATACIÓN

## POR LO TANTO:

### PROTOCOLO CENTROS ACUÁTICOS DE ENTRENAMIENTO Y ENSEÑANZA, EN ÉPOCA DE ALERTA SANITARIA POR COVID-19

#### DESPLAZAMIENTO AL ENTRENAMIENTO

- ✓ Se recomienda el uso de transporte propio (movilidad, motocicleta, bicicleta, etc.)
- ✓ En lo posible no utilizar transporte público.
- ✓ Mantener el distanciamiento social en el desplazamiento.
- ✓ Ducharse antes de desplazarse, para evitar aglomeración en vestuarios y duchas.

#### INGRESO A INSTALACIONES DEPORTIVAS

- ✓ Se debe tomar la temperatura a todas las personas que ingresan mediante termómetro laser.
- ✓ Personas con síntomas de gripe, pérdida del olfato, calentura, dolor de cabeza, dolor de garganta, no deben ingresar a los Centros Acuáticos.
- ✓ Respetar distanciamiento de 1,5 metros.
- ✓ Espacio de desinfección estricta que incluya lavado de manos, desinfección de zapatos en pediluvio que contenga agua y cloro, aplicación alcohol en gel.
- ✓ Cada persona que tenga contacto con usuarios y el usuario deben usar mascarillas y/o protectores faciales (láminas plásticas) en todo momento. se exceptúa a usuarios a la hora de nadar.
- ✓ Niños pueden ir acompañados únicamente por un adulto, quienes deben respetar las áreas designadas de espera con distanciamiento de 1,5 metros en todo momento. (en fases posteriores según evaluación.)
- ✓ Adultos que vayan a utilizar instalaciones del centro acuático NO pueden llevar acompañamiento a no ser que necesiten ayuda en caso de alguna discapacidad.
- ✓ En caso de personas con factores de riesgo (mayores de 60 años, enfermedades cardiovasculares, hipertensión arterial, pulmonares crónicas, diabetes, cáncer, inmunodepresión y embarazadas) se recomienda no asistir a las instalaciones del centro acuático en esta etapa.
- ✓ Se prohíbe ingreso a las instalaciones deportivas de bicicletas, motocicletas, scooters, etc.



## FEDERACIÓN BOLIVIANA DE NATACIÓN

- ✓ Informar por todo medio posible (digital, impreso), en lugares visibles, que el agua tratada de las piscinas, garantiza la desinfección completa contra cualquier virus y bacteria.
- ✓ Delimitar áreas de espera con señalización respecto a distancia personal.
- ✓ En caso que las instalaciones cuenten con parqueos, los vehículos deben ser estacionados en posición de salida, y con distanciamiento social de las personas. Se debe evitar aglomeración de toda forma.

### OPERACIÓN DE PISCINAS

- ✓ Antes de nadar:
  - Reducir el vestuario y duchas al 25% de acuerdo con las dimensiones de cada instalación. solo una persona a la vez, en las duchas, en el caso de las duchas desinfectar constantemente con cloro. **Recomendable que el cliente se duche en casa, antes de ir al entrenamiento**, para evitar aglomeraciones.
  - Obligatorio que cada cliente se duche con agua y jabón previo a la entrada a la piscina.
  - Los deportistas deben evitar el uso de casilleros, para dejar sus pertenencias.
  - Se deberá usar canastillos específicos para que los deportistas puedan dejar sus pertenencias, los mismos deberán ser constantemente desinfectados.
  - Pediluvio con agua y cloro, al ingreso de la instalación (piscina).
  - Todos los nadadores y nadadoras deberán permanecer con el barbijo hasta el ingreso de la piscina, los cuales deberán ser guardados en bolsa desechable individual para su uso al final de la clase y/o entrenamiento.
  - Cada nadador/a en lo posible debe portar su material de entrenamiento.
  - Cada nadador/a debe mantener en un solo lugar su material de entrenamiento.
  - Entrenadores, Instructores, monitores deben utilizar barbijo y/o protectores faciales
  - Los entrenamientos deberán de culminar con una anticipación de 10 minutos para permitir que cada grupo pueda cambiarse.
  - Portar una botella llena de agua, para evitar toques innecesarios de la toma de agua.
- ✓ Cuando nadan:
  - Se prohíbe el uso de snorkel.
  - Se deben demarcar las salidas de la piscina y las entradas, para evitar los



## FEDERACIÓN BOLIVIANA DE NATACIÓN

- roces.
- No se permite conversar dentro de la piscina.
- Respetar en todo momento el distanciamiento de 1,5 metros.
- No comparta EQUIPO.
- No compartir toallas y ningún accesorio personal.
- No compartir ningún alimento.
- ✓ Cuando terminan de nadar:
  - Abandonar las instalaciones tan pronto le sea posible y razonable.
  - Lavarse las manos y/o usar desinfectante después de salir de la piscina.
  - No usar el vestuario en caso de que no se tenga el espacio suficiente para mantener la distancia social.
  - No deben de realizar ninguna actividad extracurricular o social.
  - Cada padre o madre de familia que espera a su niño/a debe respetar el distanciamiento en las áreas designadas por parte de cada centro acuático.

### LIMPIEZA EN INSTALACIONES

- ✓ Todas las instancias deportivas deberán redoblar cumplimiento de los parámetros físico-químicos del tratamiento del agua en todo complejo acuático.
- ✓ Mantener la filtración y recirculación del agua; aspirar piscina de manera prolija (por lo menos 3 veces por semana).
- ✓ Mantener **bitácora de limpieza** de áreas comunes en las cuales se requiere realizar limpieza y desinfección entre entrenamiento y entrenamiento, y reforzar otras áreas.
- ✓ Cada lavamanos debe tener dispensador de jabón, alcohol en gel y toallas de papel para secado de manos.
- ✓ Personal de limpieza debe usar barbijo y guantes desechables.
- ✓ La ropa personal, artículos personales, zapatos y bolsos deben quedar en canastas dispuestas únicamente para ese fin.
- ✓ Entre cada periodo de entrenamiento se deberá desinfectar los espacios de la piscina y canastillos de pertenencias.

### SERVICIO AL CLIENTE

- ✓ Cada Centro Acuático debe contar con protocolo de actuación ante presencia de un cuadro sospechoso o confirmado de COVID-19.
- ✓ Cada recepción o área de atención al público debe implementar las medidas necesarias de protección, garantizando distancia mínima entre recepción y cliente.



## FEDERACIÓN BOLIVIANA DE NATACIÓN

- ✓ Personal debe usar adicional a barbijo, guantes.
- ✓ Se debe promover sistema de pagos sin contacto o electrónicos.
- ✓ Eliminar todos los accesos de contacto (huella dactilar).
- ✓ Eliminar sistemas de cola para el acceso a las instalaciones.
- ✓ Todo material propiedad de cada Centro Acuático (paletas, pull buoys, tablas, snorkels, patas de rana, etc.) debe ser desinfectado después de su uso en cada horario.
- ✓ Debe haber señalización y rotulación con protocolos para comportamiento con respecto a estornudos, lavado de manos, transitar por las áreas y otros.
- ✓ La venta de artículos puede realizarse depositando los artículos en una bandeja de recogida, dicha bandeja debe ser desinfectada después de cada transacción.
- ✓ Todos los lavamanos deberán contar con dispensadores de jabón líquido y desinfectante.
- ✓ Las duchas deberán contener separadores entre una y otra para garantizar la distancia personal.
- ✓ Tribunas de público deben permanecer cerradas.
- ✓ Ventilar las instalaciones con la mayor frecuencia posible.

**Piscinas cubiertas deben mantener el máximo de ventilación, los usuarios no pueden absorber niveles altos de cloro.**

### **AFORO GENERAL**

- ✓ El aforo de la instalación, únicamente personal administrativo, limpieza y mantenimiento, no se permite padres de familia, acompañantes y público en general, para ir mejorando la curva por fases de acuerdo a evaluaciones.
- ✓ En piscinas de entrenamiento, de acuerdo a las características de la infraestructura, siendo que no puede ser menor a una densidad de una persona por cada 1,5 m<sup>2</sup>.
- ✓ Piscina de 25 y 50 metros, con carriles reglamentarios (1.8 mínimo, 2, 2.5 metros) = 1 nadador por carril saliendo de lados opuestos, terminando de igual manera en lados opuestos para evitar contacto en la pared de descanso y mantener distancia social.
- ✓ Piscina de 25 y 50 metros, con carriles reglamentarios (2.5 metros) = 1 nadador por carril intercalado a 2 nadadores el siguiente carril, saliendo de lados opuestos, terminando de igual manera en lados opuestos para evitar contacto en la pared de descanso y mantener distancia social.
- ✓ Limitar la capacidad de las piscinas con un recuento sistemático del número de deportistas, de manera que la capacidad máxima se determine por el número de carriles (cada período tendrá un número máximo de deportistas igual al número de



## FEDERACIÓN BOLIVIANA DE NATACIÓN

carriles x 1 en piscinas de 1,8 y 2 mts de carril – alternado 2-1 personas por carril en piscinas con 2,5 mts. De carril.), en primera fase, para ir evaluando las fases siguientes.

- ✓ Los responsables del control de acceso a las instalaciones deberán bloquear la entrada a las instalaciones una vez se alcance la capacidad máxima de utilización.

### **FASES GENERALES**

- ✓ Primera Fase: Equipo Nacional, con medidas de higiene, desinfección, distancia social y barbijos.
- ✓ Segunda Fase: Equipos Departamentales, con medidas de higiene, desinfección, distancia social y barbijos.
- ✓ Tercera Fase: Formación, con medidas de higiene, desinfección, distancia social y barbijos.
- ✓ Cuarta Fase: Enseñanza, con medidas de higiene, desinfección, distancia social y barbijos.
- ✓ Quinta Fase: Competencias sin público, con medidas de higiene, desinfección, distancia social y barbijos.
- ✓ Sexta Fase: Competencias con público, con medidas de higiene, desinfección, distancia social y barbijos.

Considerando la realidad nacional en nuestras diferentes regiones se inicia con la unión de la primera y segunda fase.

Grupos de Riesgo, se considera su inicio de actividad en base a reglamentación nacional del Ministerio de Salud.

Para la quinta y sexta fase será considerado de acuerdo a evaluación la realización de Virtual Meets, en un rango de fechas establecidas por regiones.