



# PROTOCOLO DE ACTUACIÓN PARA LA VUELTA A LOS ENTRENAMIENTOS DE LOS EQUIPOS DE LALIGA

**16 de abril de 2020**

**COVID-19**



No es fútbol. Es LaLiga.

## ÍNDICE

- 1. INTRODUCCIÓN**
- 2. PRINCIPIOS BÁSICOS**
- 3. CONSIDERACIONES PREVIAS**
- 4. FASE 1: PREVIA / PREPARACIÓN A LOS ENTRENAMIENTOS**
- 5. FASE 2: ENTRENAMIENTOS EN SOLITARIO**
- 6. FASE 3: ENTRENAMIENTOS POR GRUPOS**
- 7. FASE 4: ENTRENAMIENTOS COLECTIVOS**
- 8. OTROS**

# COPE

# 1. INTRODUCCIÓN

## SITUACIÓN GENERAL

El pasado 14 de marzo, el Gobierno de España decretó el estado de alarma ante la emergencia sanitaria provocada por el COVID-19<sup>1</sup>, anunciándose una prórroga del mismo el 22 de marzo, y ampliándose el día 25 de marzo por dos semanas más, hasta el 26 de abril. Ante estas circunstancias, y en consecuencia con las medidas establecidas en el Real Decreto 664/1997 de 12 de mayo<sup>2</sup>, LaLiga, que había determinado el aplazamiento de al menos dos jornadas, acordó en la Comisión de Seguimiento prevista en el apartado XIX del vigente Convenio de Coordinación RFEF-LaLiga, la suspensión de las competiciones profesionales de fútbol hasta que las autoridades competentes del Gobierno de España y de la Administración General del Estado consideren que se pueden reanudar y ello no suponga ningún riesgo para la salud.

Como consecuencia de la pandemia mundial provocada por el COVID-19, se han producido más de 182.000 casos de contagio acumulados en España, a fecha de 16 de abril.

El Gobierno de España ha informado desde el principio de esta crisis del procedimiento de actuación para la prevención del contagio, además de indicar qué protocolos de actuación deben seguir los servicios de prevención de riesgos laborales frente la exposición del COVID -19<sup>3</sup>.

## SITUACIÓN DEPORTIVA

El deporte en general, y el fútbol en particular, también se han visto perjudicados tanto en el ámbito financiero como en el puramente deportivo, donde varios clubes de nuestra competición han sufrido en sus plantillas

---

<sup>1</sup> [Real Decreto 463/2020](#), de 14 de marzo, por el que se declara el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19;

<sup>2</sup> [Real Decreto 664/1997](#), de 12 de mayo, sobre la protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos durante el trabajo.

<sup>3</sup> [Procedimiento de actuación](#) para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al nuevo coronavirus (sars-cov-2)

varios casos de contagio que, si bien han dado positivo, se encuentran en estado asintomático y evolucionando positivamente.

Ante esta situación, LaLiga mantiene una comunicación y coordinación constante con las autoridades sanitarias, al mismo tiempo que trabaja en la elaboración de distintos protocolos a aplicar en próximos escenarios. Una de las situaciones en prevención es la vuelta a los entrenamientos de la totalidad de los clubes de LaLiga Santander y LaLiga SmartBank.

El objetivo de este documento es erradicar las probabilidades de infección por el COVID-19 en el ámbito de la plantilla de los Clubes/SAD de categoría profesional, atendiendo a la naturaleza, medios y singularidades de estas entidades y a los de la competición de esta naturaleza, en su vuelta a los entrenamientos, teniendo en cuenta todos los factores que puedan poner en riesgo la salud de los deportistas y demás integrantes de las plantillas.

El procedimiento elaborado por LaLiga parte de la posibilidad de poder aplicarlo de forma confinada en un lugar cerrado al exterior como una ciudad deportiva o un hotel de concentración<sup>4</sup>, cumpliendo así con las medidas establecidas por el decreto de estado de alarma.

## **2. PRINCIPIOS BÁSICOS**

Este protocolo de actuación marcará las pautas a la hora de diseñar el plan de vuelta a los entrenamientos. Se divide en 4 fases, y definirá el proceso de vuelta al trabajo con el objetivo de lograr el estado de forma óptimo por parte de los deportistas en el momento de reanudar las competiciones.

Las fases definidas son las siguientes:

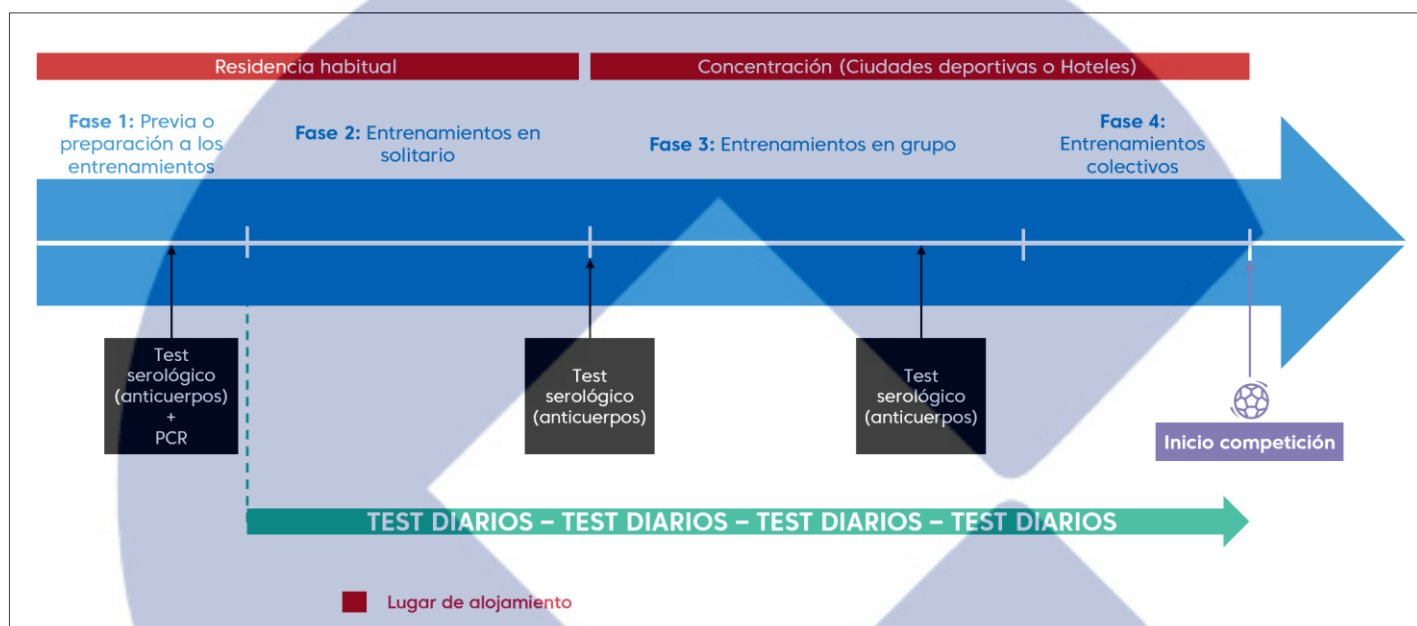
- 1) Fase 1: Previa o de preparación a los entrenamientos
- 2) Fase 2: Entrenamientos en solitario<sup>5</sup>
- 3) Fase 3: Entrenamientos por grupos
- 4) Fase 4: Entrenamientos colectivos

---

<sup>4</sup> Solo se aplicará en las fases 3 y 4 del protocolo

<sup>5</sup> En esta fase, los jugadores y cuerpo técnico seguirán en sus viviendas habituales

A continuación, presentamos línea temporal que abarca el presente documento:



Los principios básicos que guiarán este protocolo serán los siguientes:

- Garantizar la seguridad de los jugadores y sus familiares más cercanos.
- Garantizar la seguridad del cuerpo técnico de los diferentes clubes.
- Garantizar la seguridad de todos los trabajadores que interactúen con los jugadores y cuerpo técnico durante la vuelta a los entrenamientos.

Para poder cumplir los principios básicos de actuación anteriormente citados se deben tener en cuenta las siguientes recomendaciones:

- Se recomienda un período aproximado de 15 días de entrenamientos por grupos y/o colectivos previos a la vuelta a la competición.
- Se deberá seleccionar el personal imprescindible para la realización de los entrenamientos.
- Todo el personal presente en las instalaciones deberá estar correctamente identificado durante toda su estancia en las instalaciones.
- Se deberán definir las instalaciones donde se realizarán los entrenamientos y el material a utilizar. Las instalaciones que utilizará el primer equipo serán de uso exclusivo para la plantilla y cuerpo técnico, debiendo estar aisladas del resto de instalaciones y no



permitiendo el acceso a ningún personal excepto a la primera plantilla, cuerpo técnico y el mínimo personal indispensable para desinfección, limpieza y organización.

- El club proporcionará a jugadores, técnicos y empleados del material necesario para su correcta protección (guantes y mascarilla como mínimo)
- Se deberá definir la adquisición de productos de desinfección y limpieza que cumplen con las especificaciones técnicas y estándares que exige el Ministerio de Sanidad.
- La desinfección del material y de las instalaciones deberá realizarse siguiendo las indicaciones de las autoridades sanitarias competentes.
- Se deberán ventilar las instalaciones como mínimo una vez al día.
- Se deberán establecer normas de comportamiento a respetar por todos los implicados.
- Se deberán controlar las interacciones más comunes dentro del grupo.
- Se deberán realizar controles médicos de forma constante.
- Los procesos de desinfección se deberán realizar siguiendo las indicaciones de las autoridades sanitarias y laborales competentes<sup>6</sup>. A continuación, se destacan las principales medidas establecidas por los anteriores organismos:
  - La higiene de manos es la medida principal de prevención y control de la infección.
  - Respecto a la etiqueta respiratoria:
    - Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo al toser y estornudar, y desecharlo a un cubo de basura con tapa y pedal. Si no se dispone de pañuelos emplear la parte interna del codo para no contaminar las manos.
    - Evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca.
    - Practicar buenos hábitos de higiene respiratoria.
    - Mantener distanciamiento social de 2 metros.
  - Se deberán poner los medios adecuados para asegurar una correcta limpieza y desinfección de lugares y equipos de trabajo. Será crucial hacer hincapié en aquellas fuentes de contacto frecuente como pomos de puertas, barandillas, botones, etc.

---

<sup>6</sup> [Procedimiento de actuación](#) para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al nuevo coronavirus (SARS-COV-2) (Última actualización: 24 de marzo de 2020)

El protocolo indica además las normas generales de obligado cumplimiento de forma constante:

- Se deberán realizar aquellas pruebas de COVID-19 que los propios servicios médicos de los clubes estimen oportunos y atendiendo a la disponibilidad de pruebas.
- Aislamiento social de forma ininterrumpida (más de 2 metros de distancia).
- Limpieza de manos con frecuencia (se deberán contar con dispensadores de gel hidroalcohólico o agua y jabón en su defecto).
- Mantener el mayor número de puertas abiertas para evitar el contacto con pomos y manillas.
- Reemplazo de cada mascarilla y guante al finalizar cada jornada.

### **3. CONSIDERACIONES PREVIAS**

Son 4 los bloques sobre consideraciones previas que se deberán tratar antes de dar recomendaciones respecto al protocolo de entrenamiento.

- 1) Recursos Humanos
- 2) Instalaciones
- 3) Medios de transportes
- 4) Recomendaciones generales de limpieza

#### ***3.1) Recursos Humanos***

Cada club deberá seleccionar una persona de contacto dentro de su propia organización que será la responsable de coordinar la aplicación del protocolo y que sirva de punto de control con LaLiga.

Se seleccionará el personal imprescindible para poder reiniciar los entrenamientos en las condiciones mínimas que requiere un equipo profesional.

Para ello, resultará de vital importancia realizar un primer análisis y determinar dos grupos:

- **Grupo de inmunizados:** Podrían considerarse de este grupo aquellas personas que, tras haber estado contagiadas por COVID-19 y pasado la correspondiente cuarentena, no presenten síntomas y cuenten con anticuerpos.
- **Grupo de no inmunizados:** El grupo de no inmunizados se puede dividir en dos:
  - *Personal de “protección alta”:* Personas con cercanía y contacto directo con cuerpo técnico y jugadores (ya sea por vivir con ellos, por manipular objetos que luego serán utilizados por estos, porque el lugar donde desempeñan su trabajo se encuentre cerca de estos, etc..). Por ejemplo:
    - Jugadores y compañero/as de vivienda.
    - Cuerpo técnico y compañero/as de vivienda.
    - Auxiliares (delegados, servicio médico, utilleros, etc..) y compañero/as de vivienda.
    - Trabajadores de instalaciones (limpiadores, cocineros, lavandería, etc..) y compañero/as de vivienda.
    - Familiares de todos.
  - *Personal de “protección media”:*
    - Personal de seguridad y compañero/as de vivienda.
    - Personal de jardinería y compañero/as de vivienda.

En el caso de que por alguna razón el personal de “protección media” pueda tener contacto de algún tipo con el personal de “protección alta” serán considerados automáticamente de “protección alta” ellos también.

Todo el personal presente en las instalaciones deberá ir correctamente identificado durante toda su estancia en las instalaciones.

En los siguientes apartados se dará detalle sobre el personal recomendado para cada sección.

### **3.2) Instalaciones**

Para poder crear un espacio lo más aislado y controlado posible, se recomienda a los clubes optar por concentraciones en las ciudades deportivas



u hoteles en uso exclusivo por parte del club<sup>7</sup>, en el caso de que el club no cuente con una ciudad deportiva que cumpla los requisitos indicados en cada una de las instalaciones.

La instalación elegida deberá someterse a un intenso proceso de desinfección previo a la llegada de cualquier trabajador, siguiendo las indicaciones de las autoridades sanitarias y los profesionales pertinentes, y siendo declaradas estas instalaciones de seguridad alta.

Cada vez que una persona del exterior quiera acceder a las instalaciones deberá en todo caso desinfectar la vestimenta y el material con el que se acceda.

Para poder realizar esta concentración, se deberá trasladar a todo el personal imprescindible al lugar de concentración, siendo todas las personas de esta concentración consideradas personal de “Protección alta”.

Aquellas personas que no se trasladen a las instalaciones, pero tengan algún tipo de interacción con las instalaciones serán considerados personal de “Protección alta” y deberán seguir los más rigurosos estándares de protección y desinfección.

Aquellos trabajadores que no residan en las instalaciones previstas para el periodo de concentración deberán cambiarse de ropa y dejarla en un lugar previsto para tal efecto cada vez que ingresen a las instalaciones. Se les proporcionará una prenda de trabajo que deberá ser devuelta al finalizar el día. Se deberá proceder a la limpieza de estas prendas diariamente.

Por último, se recomienda un lavado de manos con gel hidroalcohólico o jabón al menos una vez cada hora durante la estancia en las instalaciones de alta seguridad.

En los siguientes apartados, se dará detalle sobre el personal recomendado para cada sección:

- Cocina.
- Almacén.

---

<sup>7</sup> A partir de la fase de entrenamientos por grupos (fase 3)

- Lavandería.
- Zona de vestuarios.
- Zona de fisioterapia.
- Zona de gimnasio.

Todos los accesos a las instalaciones deberán contar con un letrero en el que se indique “zona limpia” y donde se indique la necesidad de cumplir con las normas de higiene y de aislamiento social indicadas en el apartado 2 del presente protocolo.

### **3.2.1) Cocina**

Se precisará únicamente la presencia de un cocinero responsable de elaborar las diferentes comidas para los deportistas. En el caso del profesional nutricionista, deberá desarrollar sus funciones de forma telemática.

La gestión operacional de la cocina deberá seguir las siguientes indicaciones:

- La cocina deberá permanecer cerrada con llave mientras no haya nadie trabajando.
- El cocinero deberá ser la persona encargada de abrir la cocina.
- Todos los alimentos deberán almacenarse en la cocina en un departamento cerrado y con un único acceso.
- Cada vez que se introduzca un nuevo alimento a la cocina se deberá proceder a su desinfección.
- Se deberá trabajar con guantes y mascarillas en todo momento.
- Una sola persona limpiará la cocina una vez el cocinero haya terminado sus tareas.
- La persona de limpieza se deberá encargar de cerrar la cocina al finalizar su tarea.

Respecto a la adquisición de alimentos, se organizará un sistema de compra de alimentos que permita el aprovisionamiento un máximo de dos veces a la semana, reduciendo al mínimo el contacto con el exterior.

### **3.2.2) Almacén**

La operativa de organización del almacén deberá estar gestionada por una única persona siguiendo las siguientes indicaciones:

- El almacén deberá permanecer cerrado con llave mientras no haya nadie trabajando en él.
- La persona encargada del almacén deberá trabajar con guantes y mascarilla en todo momento.
- Cada vez que se introduzca un nuevo elemento al almacén se deberá proceder a su desinfección.
- Los elementos usados por los jugadores en sus entrenamientos y que se guarden en el almacén deberán desinfectarse al finalizar el día, antes de introducirlos en el mismo.

Respecto a la adquisición de productos, se establecerá un sistema que permita el aprovisionamiento una vez a la semana como máximo.

### **3.2.3) Lavandería**

Este espacio será gestionado por una única persona. La gestión de la lavandería deberá seguir las siguientes indicaciones:

- La persona encargada de la lavandería deberá trabajar con guantes y mascarilla en todo momento.
- La persona encargada de la lavandería deberá prestar especial atención a la limpieza de manos en esta sección, al ser una zona de riesgo por la interacción con la ropa usada de los jugadores.
- La persona encargada de la lavandería deberá recoger los cubos con la ropa sucia al finalizar cada sesión de entrenamiento.
- Se deberá limpiar y desinfectar los cubos después de cada uso con estropajo y alcohol de 96°, de tal forma que permita la eliminación más efectiva de potenciales agentes externos<sup>8</sup>.
- Se deberá limpiar toda la ropa del modo que permita la eliminación más efectiva de potenciales agentes externos.
- Esta sección deberá contar con un dispensador de gel hidroalcohólico de forma permanente.

---

<sup>8</sup> Se recomienda el lavado a una temperatura superior a los 60°C

#### **3.2.4) Zona de vestuarios**

Al ser el vestuario una zona de potencial riesgo de transmisión se deberá reducir la presencia del personal al máximo posible.

La gestión operacional de la zona de vestuarios deberá seguir las siguientes indicaciones:

- Se deberá acceder siempre con guantes y mascarillas.
- Se deberá prestar especial atención a la limpieza de las instalaciones, por lo que se deberá desinfectar después de cada uso.
- Se deberán utilizar bolsas biodegradables en las que se recogerá la ropa utilizada. Estas bolsas se depositarán en cubos situados en la zona más alejada y apartada del gimnasio y deberán contar con un letrero que indique “Material para desinfección”.

#### **3.2.5) Zona de fisioterapia**

La gestión operacional de la zona de fisioterapia deberá seguir las siguientes indicaciones:

- Durante las fases 2 y 3 (entrenamientos en solitario y entrenamientos por grupos respectivamente) se deberán evitar, en la mayor medida posible el contacto manual con los pacientes.
- El fisioterapeuta deberá trabajar con mascarilla en todo momento y en la medida de lo posible, con guantes.
- Se deberán cambiar los guantes y la mascarilla con cada paciente.
- Se deberá proteger la camilla con una toalla limpia o papel de un solo uso, debiendo depositarse en un cubo una vez utilizado.
- Se deberá prestar especial atención a la limpieza de manos en esta sección, al ser una zona de riesgo por la interacción con los jugadores, por lo que se recomienda la limpieza continua, o como mínimo después de cada paciente.

#### **3.2.6) Zona de gimnasio**

El uso de las instalaciones de la zona de gimnasio se deberá limitar al mínimo posible.

La gestión operacional del gimnasio deberá seguir las siguientes indicaciones:

- El uso será el más limitado posible, intentado sustituir siempre que sea factible, cualquier tipo de ejercicio en gimnasio por ejercicios en el terreno de juego, especialmente durante la fase de entrenamientos en solitario (fase 2).
- Durante la fase de entrenamientos en solitario (fase 2), solo podrán acceder un máximo de 1 o 2 jugadores a la vez, dependiendo del tamaño del gimnasio, y siempre guardando como mínimo, el doble del aislamiento social recomendado.
- Durante la fase de entrenamientos por grupos (fase 3), cada grupo de jugadores podrá utilizar a la vez el gimnasio, siempre y cuando se mantenga como mínimo la distancia de aislamiento social entre todos los presentes.
- Los clubes que así lo deseen podrán sacar el material del gimnasio al exterior para su uso. En todo caso se deberán distanciar las máquinas con un mínimo del doble del aislamiento social.
- Se deberán utilizar toallas desechables para cada ejercicio.
- Se deberán limpiar con productos desinfectantes cada máquina después de cada uso.
- Se deberá contar con buena ventilación de las instalaciones.
- Se deberá reducir la presencia del cuerpo técnico al mínimo o si es posible evitarlo. En el caso de que haya presencia deberán contar con guantes y mascarilla, que serán reemplazados al acabar la sesión.

### **3.3) Medios de transporte**

La regulación del transporte estará limitado al personal indispensable. Deberán tenerse en cuenta en tres aspectos:

- Gestión de los traslados de los jugadores durante el periodo de entrenamientos en solitario (fase 2).
- Gestión de los traslados diarios de la primera plantilla, equipo técnico y trabajadores a partir de la fase de entrenamientos por grupos (fase 3) en adelante.
- Gestión de los traslados con motivo de aprovisionamiento de alimentos y material.



Con respecto a la gestión de traslados de los jugadores durante el periodo de entrenamientos en solitario, estos deberán trasladarse a las instalaciones deportivas en sus coches particulares directamente desde sus domicilios habituales<sup>9</sup>.

En cuanto al transporte diario en el caso de que la plantilla no estuviera realizando la concentración dentro de la Ciudad Deportiva, este deberá realizarse por grupos, siendo estos: los tres grupos de jugadores, el grupo del cuerpo técnico y el grupo con el resto del personal. De esta forma se limitará el contacto entre los distintos grupos de trabajo. Asimismo, todas las personas que accedan al autobús deberán llevar mascarilla y guantes, y el vehículo deberá ser desinfectado tras cada recorrido.

En cuanto al aprovisionamiento de alimentos y de material, tal y como se ha comentado anteriormente, se establecerá un sistema por el cual se limiten los aprovisionamientos a una vez a la semana.

#### **3.4) Recomendaciones generales de limpieza**

Será necesario evaluar diversos métodos de limpieza en función del tipo de superficie, estructura, material, etc. Así mismo, tal y como se ha indicado a lo largo de todo el documento, las recomendaciones generales de limpieza e higiene son las siguientes:

- Utilización de mascarillas y guantes en todo momento.
- Utilización de gel hidroalcohólico.
- La limpieza de las instalaciones deberá realizarse de forma constante o con la mayor frecuencia posible.
- Se deberán seguir las recomendaciones en términos de limpieza de las autoridades sanitarias y los expertos correspondientes.

---

<sup>9</sup> En el caso de que el jugador no pueda desplazarse en su vehículo particular al no disponer de él o por no contar con la licencia de conducción, el club deberá poner a disposición de los jugadores un sistema de traslados entre las instalaciones y la vivienda del jugador (preferiblemente siempre con el mismo conductor)

## **4. FASE 1: PREVIA / PREPARACIÓN A LOS ENTRENAMIENTOS**

Se deben cumplir una serie de requisitos antes de empezar la concentración de los jugadores, entre ellos:

- Realizar prueba de COVID-19 a todos los jugadores, cuerpo técnico y empleados del club que vayan a estar en la concentración.
- Efectuar el aprovisionamiento necesario de materiales por parte de los clubes.
- Disponer de aprovisionamiento de material de desinfección.
- Desinfección de las instalaciones y del material a utilizar siguiendo los protocolos del Ministerio de Sanidad y Ministerio de Trabajo.

### **4.1) Realización de prueba COVID-19**

Este protocolo establece tres pruebas, como mínimo, a realizar a todas aquellas personas que formen parte de la concentración del club. Serán de obligado cumplimiento para todos los clubes.

La *primera de las pruebas* debe realizarse 2 días antes del inicio de los entrenamientos en solitario (fase 2) y consistirá en un test PCR y un test serológico. De esta forma, se podrá detectar aquellos individuos inmunes.

La *segunda de las pruebas* serológicas (test de anticuerpos), que será de control, debe realizarse antes de iniciar los entrenamientos en grupo (fase 3).

La *tercera de las pruebas* serológicas (test de anticuerpos), que será de control, deberá realizarse antes de la vuelta a la competición.

Así mismo, a lo largo de todas las fases de entrenamiento que se desarrollen en el terreno de juego (fase 2, fase 3 y fase 4) se les practicará test diarios a todos los integrantes de la plantilla, cuerpo técnico y cuerpo médico.

El objetivo de estas pruebas es detectar los denominados “falsos negativos” (aquellas personas que están contagiadas al realizar la prueba y que, sin presentar síntomas, pueden contagiar a otras personas).

Para la realización de dichas pruebas se establecerá un punto de control donde se desplazarán todos los empleados seleccionados en sus coches particulares.

Respecto al resultado de las pruebas:

- Aquellas personas que den positivo deberán seguir el protocolo de actuación marcado por las autoridades sanitarias<sup>10</sup>.
- Aquellas personas que den negativo podrán ser trasladadas a las instalaciones donde se realizará la concentración y desde ese momento serán tratadas como personal de “Protección Alta”.

## **5. FASE 2: ENTRENAMIENTOS EN SOLITARIO**

Antes de reiniciar la fase de entrenamientos por grupos, se debe llevar a cabo una fase de entrenamientos en solitario para alcanzar el estado de forma óptimo de los jugadores, y reducir además el tiempo de adaptación para volver a competir.

La gestión operacional de los entrenamientos solitarios deberá seguir las siguientes pautas:

- Las personas que estarán en las ciudades deportivas serán las mínimas posibles (cuerpo técnico mínimo, seguridad, limpieza y cuidados de terreno de juego).
- El jugador recibirá las tareas la noche de antes vía telemática, lo que permitirá que no haya ningún tipo de interacción con miembros del cuerpo técnico.
- Los jugadores se desplazarán en solitario a las instalaciones deportivas en sus coches particulares<sup>11</sup> desde sus domicilios habituales.
- El medio de transporte utilizado por jugadores y cuerpo técnico deberá ser siempre el mismo.

---

<sup>10</sup> En el caso de que algún compañero de vivienda o familiar dé positivo, se deberá seguir el protocolo establecido por las autoridades sanitarias. <https://www.mscbs.gob.es/home.htm>

<sup>11</sup> En el caso de que el jugador no pueda desplazarse en su vehículo particular al no disponer de él o por no contar con la licencia de conducción, el club deberá poner a disposición de los jugadores un sistema de traslados entre las instalaciones y la vivienda del jugador (preferiblemente siempre con el mismo conductor)

- Se prohibirá el acceso al domicilio personal de personas con las que no estén conviviendo los jugadores y cuerpo técnico.
- Se deberá organizar un cuadro de asistencia de los jugadores que se compartirá con toda la primera plantilla, cuerpo técnico y empleados presentes en las instalaciones de tal manera que exista un conocimiento detallado de los horarios de presencia de los jugadores en los campos de entrenamiento.
- Durante esta fase, solo podrán entrenar un máximo de seis jugadores por terreno de juego a la vez. Se deberá dejar la máxima distancia posible entre ellos, y como mínimo el doble del aislamiento social recomendado.
- Se recomienda que no haya nunca más de doce jugadores a la vez en las instalaciones. Teniendo en cuenta que como máximo podrá haber seis jugadores por terreno de juego.
- La llegada de los jugadores deberá ser escalonada, dejando una diferencia de 15 minutos mínimo entre ellos, lo que provocaría que no se crucen en ningún momento.
- El jugador deberá llegar a las instalaciones con la ropa de entrenamiento puesta desde su vivienda, y deberá llevar sus propias botas de entrenamiento.
- Al finalizar el entrenamiento el jugador deberá recibir, en una bolsa biodegradable y cerrada, su ropa para el entrenamiento del día siguiente. El jugador deberá utilizar la misma bolsa para guardar la ropa usada del entrenamiento (en su domicilio particular). Al día siguiente, esa bolsa deberá ser depositada por el jugador en el cubo dispuesto para el lavado de la ropa usada.
- Se deberá disponer de un cubo con tapa para que los jugadores depositen la ropa usada del día anterior (este deberá contar con un cartel identificativo con la siguiente frase: “Material para desinfección”).
- Las tareas que se realizarán serán sin uso de material (o reduciendo el material al mínimo posible).
- En el caso que se utilice algún tipo de material, este deberá ser desinfectado obligatoriamente por la persona de limpieza antes de que el siguiente jugador acceda al terreno de juego.
- Desde su llegada a la ciudad deportiva hasta su acceso al terreno de juego, los jugadores deberán portar mascarillas y guantes.

- En la medida de lo posible, los trabajos en solitario se realizarán con guantes.
- Una vez finalizado el entrenamiento solitario, el jugador deberá dirigirse automáticamente a su vehículo, limitando al máximo posible su paso por las instalaciones deportivas.
- En la medida de lo posible, se dejarán las puertas abiertas de las instalaciones.
- Los miembros del cuerpo técnico (mínimo viable) podrán asistir desde la distancia al entrenamiento, guardando, entre los mismos, siempre la distancia mínima de aislamiento social.
- Se recomendará al jugador y a las personas que convivan con el mismo, no salir del domicilio particular (exceptuando la salida para ir a los entrenamientos individuales).
- Cada club, en la medida de sus posibilidades, deberá habilitar un procedimiento para hacer llegar a los jugadores de la primera plantilla los alimentos sin necesidad de salir del domicilio.
- Se facilitarán botellas de agua con los nombres de los jugadores. Se desecharán al finalizar cada sesión.
- Respecto al uso del gimnasio en esta fase, se deberá limitar a un máximo de 1 o 2 jugadores a la vez, dependiendo del tamaño de este. Siempre guardando como mínimo, el doble del aislamiento social recomendado. Los clubes que así lo deseen podrán sacar el material del gimnasio al exterior para su uso. En todo caso se deberán distanciar las máquinas con un mínimo del doble del aislamiento social y se deberán seguir las recomendaciones de higiene estipuladas en el apartado 3.2.6 del presente documento.
- Durante esta fase se contará con un solo fisioterapeuta<sup>12</sup>, reduciéndose al mínimo exigible el tratamiento a los jugadores.

## **6. FASE 3: ENTRENAMIENTOS POR GRUPOS**

En esta tercera fase de la vuelta a los entrenamientos, se dividirá la primera plantilla en tres grupos de ocho jugadores cada uno, de manera que, cada

---

<sup>12</sup> En el caso en el que se necesiten dos fisioterapeutas, se utilizarán camillas lo más alejadas la una de la otra y se procurará que sea el mismo fisioterapeuta que trate al jugador



grupo entrene de manera consecutiva en tres turnos, evitando coincidir en cualquiera de las instalaciones del área de entrenamiento.

Tal y como se indicó en el epígrafe de consideraciones previas de este protocolo, para poder crear un espacio lo más aislado y controlado posible, los clubes deberán optar por concentraciones en las ciudades deportivas u hoteles en uso exclusivo por parte del club, en el caso de que el club no cuente con una ciudad deportiva que cumpla los requisitos indicados en cada una de las instalaciones.

### **6.1) Uso de vestuarios**

Los jugadores deberán presentarse en los vestuarios que así se determinen a la hora concretada. Se utilizarán 3 vestuarios para cada sesión, de tal forma que en cada turno habrá 3 jugadores en cada vestuario, con el objetivo de garantizar el aislamiento social.

Cada jugador tendrá preparado, a la mayor distancia posible y en su vestuario correspondiente, sus botas y vestuario para entrenar.

Una vez finalizado el entrenamiento, los jugadores harán uso del vestuario donde se les ha citado para ducharse y dejar la ropa usada en los arcones/cubos dispuestos para tal efecto. Las botas se dejarán en el lugar donde se han cambiado.

**Tras cada turno de entrenamiento un equipo de limpieza deberá desinfectar los tres vestuarios.**

### **6.2) Desayunos**

Respecto a los desayunos y los complementos alimenticios que el cuerpo médico estime oportunos, se prepararán en recipientes individuales y estos, a su vez, en bolsas individuales con el nombre de cada jugador (o dorsal). Esos deberán ser recogidos por los jugadores en el comedor o el espacio habilitado para tal efecto. El desayuno podrá consumirse en el comedor. A cada grupo de jugadores (el mismo que se establece para los entrenamientos) se le designará un turno de desayunos que deberán respetar. Se deberá respetar

el aislamiento social establecido. Los grupos no podrán coincidir a la vez en el comedor en ningún caso.

### **6.3) Comidas y cenas**

Respecto a las comidas y cenas, se actuará de la misma forma que con los desayunos, preparando recipientes individuales y estos, a su vez, en bolsas individuales con el nombre de cada jugador (o dorsal). Estos deberán ser recogidos por los jugadores en el comedor o el espacio habilitado para tal efecto. Tanto las comidas como las cenas podrán consumirse en el comedor. A cada grupo de jugadores (el mismo que se establece para los entrenamientos) se le designará un turno de comidas y cenas que deberán respetar. Se deberá respetar el aislamiento social establecido. Los grupos no podrán coincidir a la vez en el comedor en ningún caso.

### **6.4) Vuelta a las habitaciones**

El tiempo que los jugadores no estén entrenando deberán pasarlo en las habitaciones<sup>13</sup>. De esta forma se reduce el riesgo de contagiarse y se mantiene el aislamiento social más estricto. No se permitirán las reuniones, ya sea en zonas comunes o en habitaciones.

Se deberá depositar en las habitaciones de cada uno de los componentes de la concentración una caja de guantes y mascarillas de tal forma que puedan utilizar una cada día como mínimo.

### **6.5) Tratamientos de fisioterapia**

Durante esta fase se asignará un fisioterapeuta a cada grupo de trabajo. Dicho profesional deberá ocuparse únicamente del tratamiento mínimo exigible para su grupo de jugadores, y nunca trabajar con cualquier otro grupo.

Se deberán limitar los tratamientos en la medida de lo posible.

### **6.6) Trabajo en el terreno de juego**

---

<sup>13</sup> Se establecerán habitaciones individuales para todas aquellas personas que estén en la concentración

La preparación y el desarrollo de la sesión de entrenamiento en el terreno de juego será llevada a cabo por los miembros del cuerpo técnico.

La recomendación general será la de realizar entrenamientos que respeten el aislamiento social para así minimizar el riesgo potencial de contagio.

#### **6.7) Personal necesario para las actividades**

Las personas que serán necesarias serán de alrededor de 20 personas además del cuerpo técnico, distribuyéndose de la siguiente manera:

- Cuerpo técnico: 4 personas (primer entrenador, y por determinar)
- Fisioterapeuta: 3 personas
- Ullero: 1 persona
- Lavandería: 1 persona
- Almacén: 1 persona
- Limpieza instalación: Hasta 3 o 4 personas (si por el tamaño de las instalaciones se necesitase más personal de limpieza se consideraría ampliar el número de personal de limpieza)
- Cocinero: 1 persona
- Limpieza cocina: 1 persona
- Médico: 1 persona
- Mantenimiento: 1 o 2 personas

## **7. FASE 4: ENTRENAMIENTOS COLECTIVOS**

La fase de entrenamientos colectivos consistirá en una vuelta efectiva y total a los entrenamientos de todo el grupo. En esta fase deberán mantenerse las medidas de higiene y desinfección más estrictas, poniendo especial énfasis en las instalaciones que durante todo el procedimiento se han destacado como de mayor riesgo de contagio. En esta etapa será fundamental no bajar la guardia y continuar con estas medidas de higiene hasta el final de la emergencia sanitaria.

Se realizan las siguientes indicaciones a tal efecto, aparte de las ya especificadas en el apartado 3.2 del presente instalaciones que seguirán durante esta fase:

- Todo el personal presente en las instalaciones deberá portar guantes y mascarilla.
- Se deberá reducir al máximo posible el acceso a personas ajenas al cuerpo técnico y jugadores a vestuarios, gimnasio y zonas de fisioterapia.
- Se deberá disponer de geles hidroalcohólicos, reforzar la necesidad de lavarse las manos de forma asidua y seguir las indicaciones marcadas por las autoridades sanitarias.
- Todo el personal deberá portar guantes y mascarillas durante su estancia en las instalaciones, siendo sustituidos estos a diario.
- Se deberá limitar la presencia de jugadores en la zona de fisioterapia y gimnasio, y en todo caso siempre manteniendo la distancia de aislamientos social (2 metros). En la medida de lo posible se favorecerá que el acceso a estas zonas se siga realizando por grupos como en la fase anterior.
- Se deberán habilitar todos los vestuarios posibles, intentando en la medida de lo posible, que a la hora de acceder a estos se siga manteniendo los mismos grupos que para la fase anterior.
- Se deberán efectuar desinfecciones completas de los vestuarios, zonas de fisioterapia y gimnasio tras cada uso por parte de los jugadores. En la medida de lo posible se favorecerá que el acceso a estas instalaciones se sigue realizando por grupos como en la fase anterior.

## 8. OTROS

### **8.1) ¿Qué hacer en caso de detectar un positivo por COVID-19?**

En caso de detección de un positivo por COVID-19 dentro de la plantilla, cuerpo técnico o trabajadores miembros de la concentración, se deberán seguir las siguientes pautas:

- Aislar inmediatamente al positivo en un lugar apartado de la concentración (por ejemplo, como puede ser su domicilio habitual).

- Realizar prueba de COVID-19 a todo el grupo de entrenamiento, así como al diferente cuerpo técnico o personal con el que hubiese podido tener un contacto, quedando estos apartados hasta la obtención de los resultados.
- Proceder a la limpieza y desinfección de las instalaciones.
- Se recomendará la realización de controles médicos diarios.

### **8.2) Sobre los test PCR y serológicos**

Con el objetivo de que se puedan realizar los test PCR y serológicos de forma coordinada y eficaz, y tras valorar diferentes opciones, LaLiga contratará los servicios de un laboratorio de reputado prestigio que reúna todas las garantías para la realización de las pruebas diagnósticas y el tratamiento confidencial de la información.

Para que el laboratorio pueda realizar las pruebas, cada Club deberá autorizarle a acceder y tratar los datos personales de sus empleados, circunstancia amparada en la necesidad de protección de la salud de los interesados, los demás trabajadores y terceros. La autorización se firmará entre el Club y el laboratorio con antelación a que se lleven a cabo los test o PCR o el mismo día de su realización.

LaLiga no tratará ningún dato personal responsabilidad de los Clubes, únicamente tendrá acceso a información anónima a nivel estadístico, relacionada con el número de positivos por COVID-19 que, en su caso, se pudieran diagnosticar en cada una de las pruebas realizadas por el laboratorio, con el propósito de llevar cabo un control de la efectividad de las medidas establecidas en el presente protocolo.

### **8.3) Cobertura televisiva de los entrenamientos de los diferentes Clubes/SAD**

Con el fin de compatibilizar las adecuadas medidas preventivas y de control de accesos y tránsito en las instalaciones deportivas que la excepcional situación actual requiere, y con el fin de facilitar la información a medios de comunicación y aficionados en general, LaLiga establece las siguientes pautas para la cobertura informativa de las sesiones de entrenamiento que



se celebren durante el período que rijan el "Protocolo de actuación para la vuelta a los entrenamientos".

Dichas sesiones de entrenamiento podrán celebrarse "a puerta cerrada" o "con acceso limitado", opción que queda a la libre decisión del respectivo Club/SAD en cada momento.

En las sesiones "a puerta cerrada" no existirá posibilidad de acceso de ningún medio de comunicación.

En las sesiones "con acceso limitado", no se acreditarán otros medios distintos a los medios propios de cada Club y de LaLiga.

El Club podrá distribuir libremente dicho contenido a través de sus canales propios: TV, web, app, RRSS y radios.

LaLiga realizará la cobertura y distribuirá los contenidos tanto para el resto de medios con derechos como para los medios sin derechos, facilitando los siguientes contenidos:

- Distribución de compactado de imágenes audiovisuales de la sesión.
- Distribución de fotografías.
- Nota de prensa.

El contenido anteriormente citado (textos e imágenes audiovisuales o fotográficas) podrá ser libremente reproducido por los medios de comunicación en sus canales digitales o RRSS.

A las emisoras de radio, de igual manera, se les facilitará toda la información reseñada anteriormente, así como la grabación de posibles comparencias de jugadores/entrenadores que pudieran, en su caso, producirse.

# COPE