

LINEE GUIDA PER L'ATTIVITA' SPORTIVA DI BASE E MOTORIA

LINEE GUIDA PER LO SVOLGIMENTO DEGLI ALLENAMENTI PER GLI SPORT EQUESTRI



ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO
DAL CONI



#unitiperloSPORT

ASI

LINEE GUIDA PER L'ATTIVITA' SPORTIVA DI BASE

Caratteristiche dell'agente virale Sars-Cov-2

I **coronavirus (CoV)** sono un'ampia famiglia di virus respiratori che possono causare malattie da lievi a moderate. Altri coronavirus umani di originale animale (virus zoonotici) sono stati responsabili nell'ultimo ventennio di epidemie di sindromi respiratorie gravi: la SARS nel 2002/2003 (sindrome respiratoria acuta grave) e la MERS nel 2012 (sindrome respiratoria mediorientale).

Sono definiti in tal modo per le punte a forma di corona che sono presenti sulla loro superficie. I coronavirus sono comuni in molte specie animali (domestiche e selvatiche) e possono attraverso passaggi in altre specie animali arrivare ad infettare l'uomo. Nel 2002 si è verificata l'epidemia SARS causata dal virus SARS-CoV-1 e nel 2012 l'epidemia MERS causata dal virus MERS-CoV, entrambi appartenenti alla famiglia Coronaviridae, genere beta. Nel dicembre 2019 viene identificato un nuovo coronavirus umano mzoontico responsabile di gravi patologie infiammatorie polmonari riconducibili a SARS. Nella prima metà del mese di febbraio 2020 l'International Committee on Taxonomy of Viruses (ICTV) ha assegnato al nuovo coronavirus il nome definitivo: "Sindrome respiratoria acuta grave coronavirus 2" (**SARS-CoV-2**). L'11 febbraio 2020 l'Organizzazione Mondiale della Sanità ha annunciato che la malattia respiratoria causata dal nuovo coronavirus è stata chiamata **COVID-19**.

Sintomi

I **sintomi** più comuni di un'infezione da coronavirus nell'uomo includono febbre, tosse, difficoltà respiratorie. Nei casi più gravi, l'infezione può causare polmonite, sindrome respiratoria acuta grave (ARDS), insufficienza renale, fino al decesso.

I coronavirus umani comuni di solito causano malattie del tratto respiratorio superiore da lievi a moderate, come il comune raffreddore, che durano per un breve periodo di tempo. I sintomi possono includere: rinorrea (naso che cola); cefalea (mal di testa); tosse; faringite (gola infiammata); febbre; sensazione generale di malessere.

Come altre malattie respiratorie, l'infezione da nuovo coronavirus può causare sintomi lievi come rinite (raffreddore), faringite (mal di gola), tosse e febbre, oppure sintomi più severi quali polmonite con difficoltà respiratorie anche molto gravi. Di comune riscontro è la presenza di anosmia (diminuzione/perdita dell'olfatto) e ageusia (diminuzione/perdita del gusto), che sembrano caratterizzare molti quadri clinici. In alcuni casi l'infezione può essere fatale. Le persone più suscettibili alle forme gravi sono gli anziani e quelle con malattie preesistenti. Le patologie preesistenti più frequenti nei soggetti deceduti sono malattie cardiovascolari, ipertensione arteriosa, diabete mellito di tipo 2 e malattie respiratorie croniche, quali la broncopneumopatia cronica ostruttiva. Dato che i sintomi provocati dal nuovo coronavirus sono aspecifici e simili a quelli del raffreddore comune e del virus dell'influenza, è possibile, in caso di sospetto, effettuare esami di laboratorio per confermare la diagnosi.

ASI

LINEE GUIDA PER L'ATTIVITA' SPORTIVA DI BASE

Modalità di trasmissione

Il nuovo coronavirus è un virus respiratorio caratterizzato da una elevata contagiosità che **si diffonde principalmente attraverso il contatto con le goccioline del respiro (droplets)** espulse dalle persone infette ad esempio tramite: la saliva, tossendo, starnutando o anche solo parlando; contatti diretti personali; le mani, ad esempio toccando con le mani contaminate bocca, naso o occhi. Il virus è caratterizzato da una elevata contagiosità. In rari casi il contagio può avvenire attraverso contaminazione fecale. I cd. **“droplets”**, goccioline pesanti, normalmente riescono a percorrere uno spazio non superiore al metro, prima di cadere a terra; questa è la ragione per cui un distanziamento di un metro è considerato sufficiente a prevenire la trasmissione.

Occorre però considerare l'incidenza di fattori ambientali. Lo spostamento d'aria causato dall'atleta e/o il posizionamento in scia, possono facilitare la contaminazione da droplet su distanze maggiori rispetto alla misura canonica di distanziamento sociale. In queste circostanze, più elevato è il vento, maggiore sarà il distanziamento richiesto per garantire le condizioni di sicurezza. Prime evidenze sono state registrate in merito alla possibilità che esso si possa diffondere anche via aerosol; in ragione di quest'ultima circostanza nel rapporto “Imprese Aperte, Lavoratori Protetti” si è **ritenuto riferirsi al distanziamento di circa 2 m.**

ASI

LINEE GUIDA PER L'ATTIVITA' SPORTIVA DI BASE

Definizioni

- **Per operatore sportivo** si intende sia chi pratica l'attività sia le persone autorizzate a stare nell'impianto sportivo (collaboratori a vario titolo, accompagnatori, ecc.).
- **Per sito sportivo** si intende indifferentemente ogni luogo destinato allo svolgimento di attività fisica e sportiva, eventualmente fornito degli attrezzi necessari, di spogliatoi, di impianti igienici e docce ovvero ogni impianto che rappresenta un insieme di uno o più spazi di attività dello stesso tipo o di tipo diverso, che hanno in comune i relativi spazi e servizi accessori.
- **Per organizzazione sportiva** si intende ogni Federazione Sportiva Nazionale (FSN), Disciplina Sportiva Associata (DSA), Ente di Promozione Sportiva (EPS) e relativi nuclei associativi (associazioni e società costituite ai sensi dell'art. 90 della l. n. 289/2002 e s.m.i. ed iscritte nel Registro Nazionale istituito ai sensi dell'art. 5, comma 2, lettera c) del D.lgs. n. 242/1999 e s.m.i.; società di cui alla l. n. 91/1981; gruppi sportivi di cui all'art. 6 della l. n. 78/2000) ovvero, in assenza di affiliazione, l'organizzazione che pratica discipline sportive di competenza dei predetti organismi sportivi riconosciuti dal CONI e/o dal CIP, ovvero enti/organizzazioni/associazioni che svolgano attività dirette al benessere dell'individuo attraverso l'esercizio fisico (palestre, piscine, centri fitness, centri danza, ecc...).
- **La formazione a distanza (FAD)** è l'insieme delle attività didattiche svolte all'interno di un progetto formativo che prevede la non compresenza di docenti e discenti nello stesso luogo.
- **Il telelavoro** è lo strumento operativo per lavorare indipendentemente dalla localizzazione geografica, facilitato dall'uso di strumenti informatici e telematici e caratterizzato da una flessibilità sia nell'organizzazione, sia nella modalità di svolgimento.
- **I rischi secondari** sono i nuovi rischi ovvero i più alti rischi preesistenti, derivanti dalla nuova organizzazione del lavoro/attività sportiva, dalla riduzione e dal distanziamento della presenza degli operatori sportivi, quali l'effettuazione di attività condotte singolarmente invece che in compresenza con conseguente ridotte possibilità di individuazione dell'evento infortunistico e di attuazione dell'azione di soccorso; il declassamento di aree a rischio specifico d'incendio da area presidiata ad area non presidiata, la ridotta azione di controllo di processo derivante dalla ridotta presenza di operatori; il pericolo di lavoro/attività sportiva in solitudine.

ASI

LINEE GUIDA PER L'ATTIVITA' SPORTIVA DI BASE

Il Ruolo del medico competente



Per il **rischio di trasmissione del contagio da SARS-CoV-2**, in un'ottica di approccio integrato alla valutazione e gestione del rischio connesso all'attuale emergenza pandemica, **il ruolo del medico competente, disciplinato dal D.lgs. n. 81/2008**, è stato evidenziato dal Ministero della Salute con la circolare 00145 del 29 aprile 2020 ("Indicazioni operative relative all'attività del medico competente nel contesto delle misure per il contrasto e il contenimento della diffusione del virus SARS-CoV-2 negli ambienti di lavoro e nella collettività").

La circolare anzidetta, infatti, rammenta che se il ruolo del medico competente risulta **di primo piano nella tutela della salute e sicurezza sul lavoro** nell'ordinarietà dello svolgimento delle attività lavorative, esso si amplifica nell'attuale momento di emergenza pandemica, periodo durante il quale egli va a confermare il proprio ruolo di "consulente globale" del datore di lavoro.

La "**sorveglianza sanitaria**" (art. 2, comma 1, lett. m), del D.lgs. n. 81/2008) è definita come "insieme degli atti medici, finalizzati alla tutela dello stato e sicurezza dei lavoratori, in relazione all'ambiente di lavoro, ai fattori di rischio professionali e alle modalità di svolgimento dell'attività lavorativa".

Nel contesto generale di **riavvio dell'attività sportiva** in fase pandemica, è **opportuno** che **il medico competente**, ove nominato - il quale ha tra i suoi obblighi quello di collaborare con il datore di lavoro e con il servizio di prevenzione e protezione alla valutazione dei rischi, alla predisposizione della attuazione delle misure per la tutela della salute e della integrità psico-fisica dei lavoratori (art. 25 D.lgs. n. 81/2008) - **supporti il datore di lavoro/gestore del sito sportivo/rappresentante dell'organizzazione sportiva** nella attuazione delle misure di prevenzione e protezione previste dalle presenti Linee Guida e dai Protocolli applicativi di riferimento.

Nei casi in cui l'organizzazione sportiva **non sia soggetta agli obblighi** previsti dal **D.lgs. n. 81/2008** in ordine alla redazione del Documento di valutazione dei rischi (DVR) e di nomina del medico competente, **dovrà**, in ogni caso, **attenersi al Protocollo di sicurezza emanato dall'Ente di affiliazione (ASI)**.

ASI

LINEE GUIDA PER L'ATTIVITA' SPORTIVA DI BASE

Tra i più importanti aspetti legati all'informazione, fatti salvi quelli legati allo specifico contesto della disciplina sportiva di riferimento, **l'operatore sportivo deve essere informato circa:**

1. **l'obbligo** di rimanere al proprio domicilio in presenza di febbre (oltre 37,5°) o altri sintomi influenzali (tosse, difficoltà respiratorie) mettendone al corrente il proprio medico di medicina generale e il medico sociale;
2. **l'obbligo** di comunicare eventuali contatti con persone positive al virus avuti nei 14 giorni precedenti, rimanendo al proprio domicilio secondo le disposizioni dell'autorità sanitaria;
3. **l'obbligo** di avvisare tempestivamente e responsabilmente il datore di lavoro/gestore del sito/rappresentante dell'organizzazione sportiva dell'insorgere di qualsiasi sintomo influenzale, successivamente all'ingresso nel sito sportivo durante l'espletamento della prestazione, avendo cura di rimanere ad adeguata distanza dalle persone presenti;
4. **l'adozione** delle misure cautelative per accedere nel sito sportivo e, in particolare, durante l'espletamento della prestazione:
 - a) mantenere la distanza di sicurezza;
 - b) rispettare il divieto di assembramento;
 - c) osservare le regole di igiene delle mani;
 - d) utilizzare adeguati Dispositivi di Protezione Individuale (DPI).

Il Ruolo del medico competente



Nello specifico **il medico competente** è chiamato **a supportare** il datore di lavoro/**gestore del sito sportivo**/rappresentante dell'organizzazione sportiva nella **valutazione del rischio e ad operare la sorveglianza sanitaria** in un contesto peculiare quale quello della ripresa dell'attività fisica e sportiva in periodo pandemico.

SPORT A CONTATTO CON GLI ANIMALI

SPECIFICHE ASI SETTORI DI ATTIVITA'

Sport equestri e Centri Ippici

Ingressi

Per quanto non espressamente previsto nel presente protocollo, si fa riferimento:

- alle Linee Guida emanate dall'Ufficio per lo Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri,
- ai DPCM
- ai Decreti Legge in materia
- alle Ordinanze Regionali e Locali emanate in materia.

Nel caso futuri DPCM, DL, Ordinanze emanate in materia di contenimento del rischio di diffusione da Covid-19 modificassero le indicazioni riportate nel presente Protocollo, le stesse si intenderanno immediatamente recepite dal Protocollo stesso.

La Direzione del **Centro Ippico** dovrà prevedere:

- operazioni di pulizia e di sanificazione di tutti gli ambienti e di tutti i materiali, prima della riapertura;
- un'attenta formazione sul virus del personale impiegato: le sue modalità di trasmissione, i possibili sintomi, i criteri di valutazione del rischio ed il protocollo che si intende adottare;
- un'adeguata areazione, pulizia e sanificazione dei locali chiusi ad ogni cambio turno, nelle modalità e con i prodotti disinfettanti previsti dalle disposizioni vigenti;
- l'igienizzazione delle attrezzature comuni ad ogni cambio turno (attrezzi da grooming, selle, finimenti, etc.);
- la possibilità di lavare le mani ed igienizzarle, fornendo acqua calda, sapone e gel igienizzante e raccomandandone l'uso frequente;
- un sito preciso e dedicato ove smaltire materiale potenzialmente infetto come mascherine, guanti e fazzoletti che dovranno comunque essere gettati ben sigillati.

Gli ingressi di soci, tesserati o di qualunque altra figura dovranno essere contingentati attraverso appuntamenti preventivamente concordati con il Circolo;

- si dovrà provvedere a scaglionare le entrate in modo da evitare assembramenti, anche sollecitando a non trattenersi più a lungo del necessario;
- dovrà essere consegnata ad ogni soggetto che faccia accesso una precisa informativa delle misure di prevenzione adottate;
- tutti dovranno indossare per l'intero periodo di permanenza mascherina e guanti e mantenere la distanza di sicurezza interpersonale di almeno 2 metri;
- L'accesso non dovrà essere consentito a: - coloro che si dovessero rifiutare di espletare le pratiche necessarie, - chi presentasse sintomi influenzali o temperatura superiore ai 37,5°, - chi ha avuto contatti con contagiati o sospetti tali negli ultimi 14 giorni;
- dovrà essere ridotto l'accesso di personale esterno, per quanto possibile;
- dovrà essere previsto dal Centro Ippico un percorso di accesso e uscita preferibilmente separato dai percorsi seguiti dai normali fruitori del maneggio.

#COVID19

LE RACCOMANDAZIONI DA SEGUIRE



Lava spesso le mani con acqua e sapone o, in assenza, frizionale con un gel a base alcolica



Non toccarti occhi, naso e bocca con le mani. Se non puoi evitarlo, lavati comunque le mani prima e dopo il contatto



Quando starnutisci copri bocca e naso con fazzoletti monouso. Se non ne hai, usa la piega del gomito



Pulisci le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol



Copri mento, bocca e naso possibilmente con una mascherina in tutti i luoghi affollati e ad ogni contatto sociale con distanza minore di un metro



Utilizza guanti monouso per scegliere i prodotti sugli scaffali e i banchi degli esercizi commerciali



Evita abbracci e strette di mano



Evita sempre contatti ravvicinati mantenendo la distanza di almeno un metro



Non usare bottiglie e bicchieri toccati da altri

Inoltre

nel sito sportivo e quando si svolge un esercizio fisico è necessario

- mantenere la distanza interpersonale minima adeguata all'intensità dell'esercizio, **comunque non inferiore a 2 mt.** Ulteriori indicazioni di dettaglio potranno essere definite dagli specifici Protocolli emanati dalle Federazioni Sportive Nazionali e Discipline Sportive Associate di riferimento, nonché della Federazione Medico Sportiva Italiana;
- evitare di lasciare **in luoghi condivisi** con altri gli **indumenti indossati** per l'attività fisica, ma riporli in zaini o borse personali e, una volta rientrato a casa, **lavarli separatamente** dagli altri indumenti;
- **affiggere procedure informative** nel sito sportivo, nelle zone di accesso, nei luoghi comuni, nelle zone di attività sportiva, nonché negli spogliatoi e nei servizi igienici;
- **predisporre un sistema di raccolta** dedicato ai rifiuti **potenzialmente infetti** (es. fazzoletti monouso, mascherine/respiratori);
- fornire **indicazioni** sulle corrette modalità e tempi di **aerazione** dei locali;
- specifiche **attività di filtrazione dell'aria** nei locali chiusi ad alta densità di persone o di attività, ad esempio tramite purificatori di aria dotati di **filtri HEPA** destinati a diminuire la quantità di aerosol;
- **sanitizzazione** ad ogni cambio turno;
- **vietare** lo scambio tra operatori sportivi e personale comunque presente nel sito sportivo di dispositivi (smartphone, tablet, ecc.);



Coloro che praticano ●● l'attività hanno l'obbligo

DI DISINFETTARE I PROPRI EFFETTI PERSONALI E DI NON CONDIVIDERLI (BORRACCE, FAZZOLETTI, ATTREZZI, ECC.);

DI ARRIVARE NEL SITO GIÀ VESTITI ADEGUATAMENTE ALLA ATTIVITÀ CHE ANDRÀ A SVOLGERSI O IN MODO TALE DA UTILIZZARE SPAZI COMUNI PER CAMBIARSI E MUNITI DI BUSTE SIGILLANTI PER LA RACCOLTA DI RIFIUTI POTENZIALMENTE INFETTI;

DI NON TOCCARE OGGETTI E SEGNALETICA FISSA.

Particolari disposizioni di igiene e sicurezza dovranno essere **disposte per l'utilizzo di spogliatoi, docce e servizi igienici**, nei quali gli operatori del centro sportivo dovranno prevedere l'accesso contingentato a questi spazi, evitare l'uso di applicativi comuni, quali asciugacapelli, ecc... che al bisogno dovranno essere portati da casa.

Tali spazi dovranno **essere sottoposti a procedure di pulizia e igienizzazione costante**, in relazione al numero di persone e ai turni di accesso a detti spazi.

