



 COVID-19

DOCUMENTO TÉCNICO

ESTACIONES DE ESQUÍ DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS



GOBIERNO DEL
PRINCIPADO DE ASTURIAS



ÍNDICE

INFORMACIÓN A LOS USUARIOS 3

MEDIDAS EN CONTROL DE ACCESOS 3

MEDIDAS HIGIÉNICAS, SANITARIAS Y EPIS EN LAS INSTALACIONES 4

AFOROS 5

COMPETICIONES Y EVENTOS DEPORTIVOS 5

SERVICIOS AUXILIARES: CAFETERÍAS, ALQUILER ESQUÍS, Y ESCUELA. 5

REFERENCIAS 6

ANEXOS 7



ANTECEDENTES

Siendo uno de los fines institucionales de la Dirección General de Deporte, la planificación, gestión y control de las instalaciones deportivas de titularidad autonómica y la planificación, seguimiento y control de las infraestructuras deportivas, (art. 14.1.i) del Decreto 65/2015, de 13 de agosto, por el que se establece la estructura orgánica básica de la Consejería de Educación y Cultura), esta Dirección General en el ejercicio de sus competencias, viene obligada al mantenimiento de las instalaciones deportivas en las condiciones óptimas para la práctica del deporte, garantizando la seguridad de los usuarios y respondiendo a los estándares de calidad exigibles.

El presente documento técnico se emite a la vista de la necesidad de establecer un protocolo de seguridad sanitario para emprender la reapertura de las estaciones de esquí del Principado con las máximas garantías frente a la propagación del COVID-19. Para ello se incluyen una serie de normas sobre información a los usuarios, medidas de control en los accesos, medidas higiénicas, sanitarias y medidas de aforos así como un anexo sobre medidas generales.

En este documento se recoge una selección no exhaustiva de recomendaciones. Con carácter más general deben considerarse todas las disposiciones reglamentarias y técnicas en vigor, así como los criterios generales que se establecen en el procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al SARS-COV-2 y las recomendaciones para la vuelta al trabajo recogidas en el documento Buenas prácticas en los centros de trabajo. Medidas para la prevención de contagios de COVID-19, u otras directrices que pudieran emitir organismos competentes o de reconocido prestigio en el ámbito del deporte, sanitario, o de prevención de riesgos laborales.



INFORMACIÓN A LOS USUARIOS

- El protocolo podrá consultarse en las páginas web de las estaciones: www.valgrade-pajares.com y www.fuentesdeinvierno.com
- La cartelería informativa sobre COVID-19 estará colocada en diferentes espacios y preferentemente en los puntos de acceso, en los baños/aseos y en algunos puntos estratégicos.

MEDIDAS EN CONTROL DE ACCESOS

- Se prohibirá el acceso a las instalaciones a los usuarios que presenten síntomas compatibles con el COVID-19, o que no presentando síntomas estén a la espera de pruebas diagnósticas, o que se encuentren en cuarentena por haber sido contacto estrecho de una persona diagnosticada de COVID-19.
- Se recomienda la no asistencia de personas incluidas en colectivos de riesgo, que presenten condiciones de salud que le haga vulnerable al COVID-19 (enfermedades cardiovasculares, diabetes, enfermedades pulmonares crónicas, cáncer, inmunodepresión o hipertensión arterial) salvo que su condición clínica esté controlada y lo permita. En este caso, deberá mantener de forma rigurosa las medidas de protección que le indique su profesional sanitario de referencia.
- La forma de pago será preferiblemente con tarjeta. Se desinfectará el terminal tras cada uso.
- Se promoverá la venta online de forfait, y se recomendará que aquellas consultas, o traslado de quejas o sugerencias por parte de los usuarios que no deban de ser realizadas de manera inminente, se realicen a través del formulario web o por correo electrónico.
- Para los abonos de temporada en periodo de prepago se establecerá un procedimiento de tramitación no presencial.
- Se dispondrá de un sistema de control de accesos “sin contacto” que minimiza el riesgo de contagio. Ante cualquier incidencia, el usuario deberá mostrar al operario su forfait o tarjeta de temporada, así como la documentación acreditativa de la identidad si fuera necesario.
- Se reorganizarán las zonas de consulta de información para evitar el contacto masivo con publicaciones o documentos. Se retirarán los folletos y materiales informativos al público para evitar su manipulación.
- Se adaptará el tratamiento de objetos perdidos, embolsando en la medida de lo posible los objetos para evitar su manipulación directa.



- Se dispondrá de señalización direccional en aquellos lugares en los que por el flujo de usuarios ésta se requiera, para garantizar la distancia de seguridad interpersonal, evitando el agrupamiento de personas, y la ocupación de forma permanente de espacios destinados al tránsito.
- Se señalizará los accesos a los medios mecánicos y demás zonas para respetar el distanciamiento.

MEDIDAS HIGIÉNICAS, SANITARIAS Y EPIS EN LAS ESTACIONES

- Es obligatoria la utilización de la mascarilla para personas mayores de 6 años, higiénica o quirúrgica y utilizarla de forma correcta y cubriendo boca, nariz y barbilla. Se recomienda su utilización para los menores entre 3 y 5 años.
- En los remontes mecánicos será obligatorio también el uso de mascarilla. Se prohíbe comer, fumar o realizar cualquier otra actividad que implique retirar la mascarilla.
- En el descenso de pistas o práctica deportiva será obligatorio el uso de mascarilla, cuando no se pueda asegurar la distancia de 1.5 metros, excepto en las circunstancias que exijan un aporte adicional elevado de oxígeno.
- Se instalarán dosificadores de dispensadores de geles hidroalcohólicos o desinfectantes con actividad virucida autorizados y registrados por el Ministerio de Sanidad en todos los puntos donde se considere necesario.
- Para acceder a las diferentes dependencias de las instalaciones será obligatorio realizar una correcta higiene de manos con solución hidroalcohólica.
- Los usuarios deberán guardar una distancia de seguridad interpersonal de 1.5 metros. A estos efectos, se colocarán en el suelo vinilos u otros elementos similares para marcar dicha distancia en zonas de acceso, tránsito y espera.
- Higiene respiratoria:
 - Al toser o estornudar cubrir la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo desechable.
 - Evitar tocarse la nariz, los ojos y la boca
 - Usar pañuelos desechables para eliminar secreciones respiratorias y tirarlos tras su uso a una papelera con tapa y pedal.
 - Tras toser o estornudar se deben lavar las manos con agua y jabón o con solución hidroalcohólica.
- Los aseos permanecerán abiertos y sólo se podrá acceder de forma individual, excepto el aseo de personas con discapacidad o niños/as pequeños/as, si se precisa asistencia.



- En los baños y aseos se garantizará la disponibilidad de jabón, dispensadores de gel desinfectante, el uso de papel en lugar de secador de manos, y el desarrollo de señalética específica que recoja normas y medias del uso de los aseos. Dispondrán de papelera con apertura de accionamiento no manual.

AFOROS

- Se limitará el aforo de las estaciones a 1.200 usuarios en la estación de Valgrande-Pajares y a 1.000 en Fuentas de Invierno, con la limitación de la venta de forfait de día.
- Se dispondrá de cartelería con el aforo máximo permitido de las diferentes estancias, debiendo esperar, si éste, ya se hubiese completado.
- Se colocará balizamiento en zonas de acceso restringido o áreas cerradas al público.
- Se reducirá el aforo de los espacios cerrados, atendiendo a los datos facilitados por el servicio de prevención y por la normativa vigente en cada momento.
- El aforo de los medios mecánicos podrá estar al 100% de ocupación, recomendando la disminución de la ocupación en momentos de menor nivel de asistencia (50%).

COMPETICIONES Y EVENTOS DEPORTIVOS

- Las competiciones y eventos deportivos se reanudarán en su momento en forma y manera que establezcan las instrucciones de las autoridades competentes.

SERVICIOS AUXILIARES: ALQUILER DE ESQUÍ, CAFETERÍAS, ESCUELA DE ESQUÍ

- Los servicios auxiliares y concesionarios de las estaciones de esquí tendrán sus propios protocolos específicos, adecuándose en todo momento a la normativa vigente.



REFERENCIAS

- Orden SND/399/2020, de 9 de mayo, para la flexibilización de determinadas restricciones de ámbito nacional, establecidas tras la declaración del estado de alarma en aplicación de la fase 1 del Plan para la transición hacia una nueva normalidad.
- Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al SARS-CoV-2 del Ministerio de Sanidad
- Buenas prácticas en los centros de trabajo del Ministerio de Sanidad
- Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales.
- 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.
- Real Decreto 773/1997, de 30 de mayo, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización por los trabajadores de equipos de protección individual.
- Real Decreto 1591/2009, de 16 de octubre, por el que se regulan los productos sanitarios.
- Real Decreto 742/2013, de 27 de septiembre, por el que se establecen los criterios técnico-sanitarios de las piscinas
- Guía de buenas prácticas en las estaciones de esquí para la prevención del COVID 19. ATUDEM.
- Protocolo básico de actuación para la vuelta a los entrenamientos y el reinicio de las competiciones Federadas y profesionales. Consejo Superior de Deportes.
- Medidas y pautas para la reapertura de centros deportivos y gimnasios frente al COVID-19. GC Asesoría Deportiva.
- Propuesta de medidas higiénico sanitarias y de distanciamiento social para garantizar la seguridad de trabajadores y usuarios en la reapertura y funcionamiento de los centros deportivos y gimnasios durante la Covid-19. Federación Nacional de Empresarios de Instalaciones Deportivas (FNEID)
- Real Decreto-Ley 21/2020, de 9 de junio, de medidas urgentes de prevención, contención y coordinación para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- Resolución de 19 de junio de 2020, de la Consejería de Salud, por la que se establecen medidas urgentes de prevención, contención y coordinación necesarias para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por la COVID-19 tras la expiración de la vigencia del estado de alarma (suplemento al BOPA núm. 118 de 19- VI-2020).
- Resolución de 3 de julio de 2020, de la Consejería de Salud, por la que se establecen medidas urgentes en materia de eventos y actividades multitudinarias, necesarias para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por la COVID-19 (suplemento al BOPA núm. 128 de 3-VII-2020).
- Resolución de 14 de julio de 2020, de la Consejería de Salud, por la que se adoptan medidas urgentes de prevención, contención y coordinación necesarias para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19. (suplemento al BOPA núm. 135 de 14-VII-2020).
- Resolución de 29 de julio de 2020, de la Consejería de Salud, de tercera modificación de las medidas urgentes de prevención, contención y coordinación necesarias para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19. (suplemento al núm. 146 de 29-VII-2020).



- Resolución de 17 de septiembre de 2020, de la Consejería de Cultura, Política Llingüística y Turismo, por la que se aprueban instrucciones para la prevención de la COVID-19 en relación con el inicio y desarrollo del Deporte Base en Edad Escolar del Principado de Asturias. (BOPA núm. 184 de 22-IX-2020).
- Resolución de 9 de octubre de 2020, de la Consejería de Salud, de quinta modificación de las medidas urgentes de prevención, contención y coordinación necesarias para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.

ANEXOS

- Uso de la mascarilla quirúrgica en población general
- Uso de la mascarilla higiénica en población general
- Infografía lavado de manos
- Póster lavado de manos
- Decálogo sobre cómo actuar en caso de tener síntomas de COVID-19



COVID-19

ANEXOS

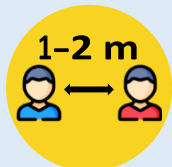


La mayoría de las personas adquieren la COVID-19 de otras personas con síntomas. Sin embargo, cada vez hay más evidencia del papel que tienen en la transmisión del virus las personas sin síntomas o con síntomas leves. Por ello, el uso de mascarillas higiénicas en la población general en algunas circunstancias podría colaborar en la disminución de la transmisión del virus.

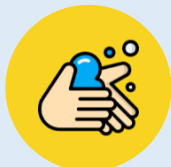
Esto es así, sólo si se hace un uso correcto y asociado a las medidas de prevención y se cumplen las medidas para reducir la transmisión comunitaria:



Si tienes síntomas, quédate en casa y aíslate en tu habitación



Mantén 1-2 metros de distancia entre personas



Lávate las manos frecuentemente y meticulosamente



Evita tocarte ojos, nariz y boca



Cubre boca y nariz con el codo flexionado al toser o estornudar



Usa pañuelos desechables



Trabaja a distancia siempre que sea posible

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)



¿A QUIÉN

se recomienda su uso?

A la población general sana

¿CUÁNDO

se recomienda su uso?

- Cuando no es posible mantener la distancia de seguridad en el trabajo, en la compra, en espacios cerrados o en la calle.
- Cuando se utiliza el transporte público.



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 abril 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte

www.msbs.gob.es

@sanidadgob

#ESTE
VIRUS
LO
PARAMOS
UNIDOS



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



Distancia
1-2 m.



Lavado
de manos



Evita tocarte
ojos/nariz/boca



Cubre boca/nariz
con codo al toser



Pañuelos
desechables

¿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

¿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



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

¡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 las 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



¿CÓMO DEBO LAVARME LAS MANOS?



40-60''

1



2



3



4



5



6



7



8



www.mscbs.gob.es

LAVARSE LAS MANOS

PARA PROTEGERSE Y
PROTEGER A LOS DEMÁS

¿POR QUÉ?

La correcta higiene de manos es una medida esencial para la prevención de todas las infecciones, también las provocadas por el nuevo coronavirus



¿CUÁNDO DEBO LAVÁRMELAS?



Tras estornudar, toser o sonarse la nariz



Después del contacto con alguien que estornuda o tose



Después de usar el baño, el transporte público o tocar superficies sucias



Antes de comer



Mójate las manos con agua y aplica suficiente jabón



Frótate las palmas de las manos entre sí



Frótate la palma de una mano contra el dorso de la otra entrelazando dedos



40-60"



Frótate las palmas de las manos entre sí con los dedos entrelazados



Frótate el dorso de los dedos de una mano con la palma de la otra



Con un movimiento de rotación, frótate el pulgar atrapándolo con la palma de la otra mano



Frótate los dedos de una mano con la palma de la otra con movimientos de rotación



Enjuágate las manos con agua

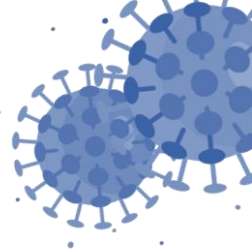


Sécate las manos con una toalla de un solo uso



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE SANIDAD



Saber cómo actuar nos puede ayudar a controlar mejor las situaciones que puedan surgir estos días y a prestar ayuda a las personas de nuestro entorno. En caso de tener síntomas (fiebre o tos o dificultad respiratoria), sigue estos pasos:

En una habitación de uso individual con ventana, manteniendo la puerta cerrada, y, si es posible, baño individual.

Si no es posible: mantén la distancia de seguridad de 2 metros con el resto de convivientes y extrema la higiene.

1 AUTO-AISLARSE

MANTENTE
COMUNICADO

Ten disponible un teléfono para informar de las necesidades que vayan surgiendo y puedas mantener la comunicación con tus seres queridos.

2
3

¿SENSACIÓN DE GRAVEDAD?

Si tienes sensación de falta de aire o sensación de gravedad por cualquier otro síntoma llama al 112.

4 TELÉFONO DE TU COMUNIDAD AUTÓNOMA

Si no, llama al teléfono habilitado en la comunidad autónoma o contacta por teléfono con el centro de salud.

5 AUTO-CUIDADOS

Usa paracetamol para controlar la fiebre; ponte paños húmedos en la frente o date una ducha templada para ayudar a controlar la fiebre; bebe líquidos; descansa, pero moviéndote por la habitación de vez en cuando.

6 AISLAMIENTO DOMICILIARIO

Ahora que ya has hecho lo más inmediato, estudia y aplica las recomendaciones para el aislamiento domiciliario e informa a tus convivientes de que tienen que hacer cuarentena.

LAVADO DE MANOS **7**

Asegúrate de que en casa todos conocen cómo hacer un correcto lavado de manos.

SI EMPEORAS **8**

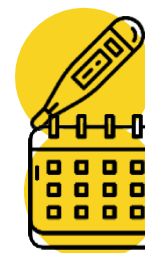
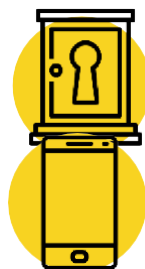
Si empeoras y tienes dificultad respiratoria o no se controla la fiebre, llama al 112.

9 14 DÍAS

Se recomienda mantener el aislamiento 14 días desde el inicio de los síntomas, siempre que el cuadro clínico se haya resuelto.

10 ALTA

El seguimiento y el alta será supervisado por su médico Atención Primaria o según indicaciones de cada Comunidad Autónoma.



Consulta fuentes oficiales para informarte

www.mscbs.gob.es

@sanidadgob

**#ESTE VIRUS
LO PARAMOS UNIDOS**



