Ministerio
de Salud Pública

DIRECCIÓN GENERAL DE LA SALUD

RECOMENDACIONES DE BUENAS PRÁCTICAS SANITARIAS PARA ACTIVIDADES EN

CARRERAS; CORRECAMINATAS; GIROS CIRCUITALES; MARATONES; TRAYECTOS DE SIERRAS; SENDEROS y TRILLAS EN CAMPO y CALLES RURALES; RUNNERS; CICLISMO CALLEJERO; URBANO; SUBURBANO y RURAL.

DEL PAÍS EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA COVID-19

Montevideo, 17 setiembre de 2021

El presente documento tiene como objetivo proporcionar recomendaciones sobre las condiciones sanitarias básicas para proteger la salud, prevenir y mitigar el riesgo de transmisión de la covid-19 de todas las personas que participan de la actividad de **CARRERAS, CORRECAMINATAS, GIROS CIRCUITALES, MARATONES, TRAYECTOS DE SIERRAS, SENDEROS y TRILLAS EN CAMPO y CALLES RURALES, RUNNERS, CICLISMO CALLEJERO, URBANO, SUBURBANO y RURAL en todo el territorio nacional.**

A la fecha continúa vigente del Decreto 93/2020 de Emergencia Sanitaria, destacando sus artículos 5 y 6 que establecen: **"es competencia de las autoridades, nacionales, departamentales y municipales evaluar suspender aquellos eventos que impliquen la aglomeración de personas, dado que constituye un factor de riesgo para el contagio de la enfermedad" y "se exhorta a toda la población bajo su responsabilidad, a suspender aquellos eventos de similares características".**

Consideraciones generales

El riesgo de exposición al coronavirus SARS-CoV-2, depende del tipo de actividad desarrollada, del estado de salud previo de las personas y la situación epidemiológica del país. En el contexto de la pandemia covid-19, las actividades sociales y deportivas, con presencia de personas que interactúan entre sí, numerosas superficies de contacto, baja probabilidad de cumplimiento del distanciamiento físico y social, incrementan el riesgo de transmisión del coronavirus SARS CoV-2.

Las siguientes consideraciones, orientan sobre las medidas que deberían implementarse para contribuir a la reducción del riesgo de covid-19:

a) **Controles previos al desarrollo de la actividad.**
b) **Condiciones e Higiene del lugar de salida y llegada.**
c) **Medidas de protección y autocuidado.**

a. Control / chequeo previo a concurrir a la actividad	b. Evaluación de las condiciones y medio ambiente del lugar	c. Medidas de protección y autocuidado
• ¿Cuenta con vacunación covid-19? • ¿Pertenece a un grupo de riesgo? • ¿Ha estado en contacto con personas covid-19+? • ¿Presenta síntomas compatibles concovid-19? • ¿se encuentra esperando resultado de un test covid-19?	• ¿Se trata de un espacio abierto o cerrado? • ¿Qué dimensiones tiene el espacio? • ¿Cuánto tiempo dura la actividad? • ¿Qué características tiene la actividad?	• Uso de mascarilla facial permanente previo al desarrollo de la actividad. • Lavado y/o desinfección de manos. • Guardar distancia física entre participantes y organizadores. • Higiene respiratoria al toser o estornudar.

CONSIDERACIONES ESPECÍFICAS

Control previo al inicio de la actividad:

- Si bien todas las actividades incluidas en el presente Protocolo se llevan a cabo al aire libre, es necesario considerar que la participación en las mismas implica interactuar con personas ajenas a su círculo de contactos, significando un riesgo de trasmisión de SARS CoV2, en especial para aquellas que no se encuentren vacunadas y las que pertenecen a las poblaciones especialmente susceptibles de sufrir complicaciones por covid-19. El riesgo personal puede ser identificado en:
    - Listado de comorbilidades 2021 del Anexo 1 del Documento MSP disponible en el siguiente link: https://www.gub.uy/ministerio-salud-publica/comunicacion/noticias/recomendaciones-buenas-practicas-sanitarias-para-reintegro-actividad-laboral Corresponde a la población de riesgo a partir de julio 2021, considerando la situación epidemiológica y el estatus vacunal anti covid-19.
- Quienes hayan estado en contacto con personas con diagnóstico de covid-19 positivo en los 14 días previos al evento y quienes presenten síntomas relacionados a la enfermedad covid-19 o de cualquier otra índole, deberán consultar a su prestador de salud para seguir las directivas médicas, estando impedidos de asistir al mismo.
- Los controles y chequeos previos, pueden incluir un auto cuestionario relacionado a la enfermedad covid-19, contribuyendo a la toma de conciencia del riesgo y aumentar el cumplimiento de las medidas de protección. Un check list puede ser de utilidad para regularizar la asistencia y contar con mejor autoprotección y seguridad de los usuarios, al prestar atención a los síntomas de enfermedades generales como fiebre junto con problemas respiratorios leves (tos seca, catarros) o, en los casos de síntomas típicos de covid-19, como pérdida aguda del olfato y del gusto. Puede consultarse una guía orientativa en: https://www.gub.uy/ministerio-salud-publica/comunicacion/publicaciones/lista-verificacion-sintomas-covid-19
- La medición de temperatura corporal previo al ingreso de la actividad, no permanece como medida obligatoria, siendo una herramienta opcional y adicional

de chequeo de los asistentes, incluidos los trabajadores, según el criterio de los organizadores.

- Contar con información sobre el estado de inmunización, es una variable a tener en cuenta. Las personas disponen diferentes mecanismos para acceder a su certificado de vacunación covid-19 (a través de la página web del MSP, App coronavirus, en su Historia Clínica Digital o vacunatorios del país). Información disponible en: https://www.gub.uy/ministerio-salud-publica/comunicacion/publicaciones/preguntas-frecuentes-vacunacion-covid-19/preguntas-frecuentes-12

Medidas de autocuidado

- Todos los participantes que asistan a las CARRERAS; CORRECAMINATAS; GIROS CIRCUITALES; MARATONES; TRAYECTOS DE SIERRAS; SENDEROS y TRILLAS EN CAMPO y CALLES RURALES; RUNNERS; CICLISMO CALLEJERO; URBANO; SUBURBANO y RURAL deberán utilizar mascarilla facial previo al inicio de las actividades y al final de las mismas.
- Las medidas preventivas como distanciamiento social y físico; higiene respiratoria al toser o estornudar y el lavado o desinfección de manos continúan siendo esenciales.
- En los lugares de ingreso y áreas comunes, se deberá contar con dispensadores de alcohol en gel, de preferencia de accionar con el pie, para la higiene y desinfección de manos de los asistentes y mantener el distanciamiento físico establecido entre las personas.
- Como mecanismo de trazabilidad, se deberá disponer de un listado con nombre; documento y teléfono de los participantes y organizadores del evento, a fin de facilitar la identificación de contactos en caso de ser necesario. Toda la información recogida estará amparada según las condiciones previstas por la Ley N° 18.331 (protección de datos personales). Este listado se conservará durante 30 días, debiéndose destruir posteriormente.

Medidas generales para el desarrollo de las actividades

- Los organizadores de cada evento deberá comunicar a las personas inscriptas de forma previa al desarrollo del mismo las pautas establecidas en el presente protocolo.
- Se exhorta a que las actividades que se realicen en áreas urbanas se desarrollen en

zonas periféricas, no utilizando las áreas más urbanizadas de la localidad donde se desarrollará la misma.

- Toda inscripción a las actividades mencionadas se realizará en forma on line y se deberá confeccionar un registro donde consten todos los datos identificatorios de cada actividad y de las personas que participan:
    a) Fecha; lugar; datos del evento; salidas; recorridos y llegadas.
    b) Nombre; apellido; N° de documento de identidad; teléfono de contacto; declaración de conocimiento del protocolo y registro de control de salud de cada participante. Brindar información si le fueron administradas dosis de vacuna contra el SARS-CoV2.

  La entrega de kits se deberá realizar en los días previos a la carrera.
- Los participantes deberán concurrir a las actividades con la vestimenta que utilizará en las mismas, a efectos de evitar el servicio de guardarropas.
- Los participantes no podrán permanecer en las zonas de largada/llegada antes del inicio de la actividad. En caso de que la actividad requiera de calentamiento previo deberá realizarse en un espacio abierto a una distancia mínima de 200 mts del lugar de largada, respetando la distancia mínima de seguridad y evitando el formato de clase general.
- Se establecerá un pórtico de largada y llegada en cada actividad.
- Las largadas se realizarán en tandas, en horarios definidos, en sistema de callejones de hasta 200 personas por tanda, con distanciamiento físico y un mínimo de 30 segundos de separación entre tandas.
- En los puestos de hidratación, cada participante deberá tomar las botellas de agua que deberán estar cerradas y colocadas en un lugar visible y de fácil acceso para los mismos.
- El público en general que asista a las CARRERAS; CORRECAMINATAS; GIROS CIRCUITALES; MARATONES; TRAYECTOS DE SIERRAS; SENDEROS y TRILLAS EN CAMPO y CALLES RURALES; RUNNERS; CICLISMO CALLEJERO; URBANO; SUBURBANO y RURAL deberá permanecer en áreas debidamente delimitadas, encintadas y valladas, no pudiendo ingresar en ningún tramo de la competencia.

  Se recomienda que utilicen mascarilla facial y mantengan la distancia física recomendada.

- Los participantes deberán abandonar el lugar una vez que hayan finalizado el recorrido a fin de evitar la aglomeración de personas.
- Se exhorta a evitar la premiación general y ceremonia de cierre en el lugar de la actividad.

Higiene

En el lugar de largada y llegada se deberá contar con un procedimiento de limpieza; higiene; desinfección y eliminación de residuos en que se detallen insumos; productos; horarios; frecuencia; equipamiento que usarán los que realicen esta tarea y planilla de control. Una guía orientativa puede consultarse en el siguiente link:

https://www.gub.uy/ministerio-salud-publica/comunicacion/publicaciones/recomendaciones-sobre-limpieza-desinfeccion-entornos-publicos-areas

- Se deberá definir la cantidad máxima de personas que pueden ingresar a los gabinetes higiénicos, en función del tamaño y disposición de los mismos, asegurando el distanciamiento seguro entre las personas. Se recomienda colocar un cartel al ingreso, informando el aforo máximo permitido.

Los organizadores de las CARRERAS, CORRECAMINATAS, GIROS CIRCUITALES, MARATONES, TRAYECTOS DE SIERRAS, SENDEROS y TRILLAS EN CAMPO y CALLES RURALES, RUNNERS, CICLISMO CALLEJERO, URBANO, SUBURBANO y RURAL, deberán velar por el correcto cumplimiento de las presentes recomendaciones y normas y en general, evitando las aglomeraciones, descontroles y riesgos que provengan de la celebración propiamente dicha.

De acuerdo al Decreto 94/2020[1], los empleadores deberán adoptar todas las medidas que estén a su disposición para gestionar los procedimientos preventivos y de protección vinculados con la eventual propagación del Coronavirus SARS CoV2.

En tal sentido deberán cumplir con las disposiciones específicas establecidas en las Resoluciones del Ministerio de Trabajo y Seguridad Social que recoge las definiciones del Consejo Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (CONASSAT) de fecha 13 y 18 de marzo de 2020 (Resoluciones 52 y 54 del MTSS)[2], para lo cual deberán contar con Protocolos de Actuación ante COVID19.

Las medidas de protección de la salud de los trabajadores del Sector deberán ajustarse a dicha norma.

Los empleadores no podrán exigir certificado de vacunación a los funcionarios y todo trabajador que desempeñe tareas en las diferentes actividades.

[1] Medidas para mitigar y prevenir la Propagación de Covid19.https://www.impo.com.uy/bases/decretos/94-2020

[2] Resoluciones del Consejo Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo seguridad-social/institucional/normativa/resolucion-n-54020-conassat-coronavirus-covid-19