

# Protocollo delle modalità di svolgimento degli allenamenti delle Competizioni di Pallacanestro di preminente interesse Nazionale

**Destinatari:**

**Tutti i Campionati seniores regionali e tutti i Campionati giovanili regionali di  
Pallacanestro e 3x3 indoor**

*DPCM 26 aprile 2020 e DPCM 15 maggio 2020,  
Linee Guida Ufficio per lo Sport ai sensi dell'art.1, lettere f e g del DPCM 26 aprile 2020,  
Linee Guida per gli allenamenti degli sport di squadra e lo sport ai sensi dell'art. 1, lett. e) del DPCM 17 maggio  
2020,  
Indicazioni del Comitato Tecnico Scientifico - Dipartimento della Protezione Civile, DPCM 7 agosto 2020  
DPCM 18 Ottobre 2020  
DPCM 25 Ottobre 2020  
DPCM 7 agosto 2020  
DPCM 3 novembre 2020  
Decreto del Ministero della Salute 8 gennaio 2021  
DPCM 14 gennaio 2021*

## **Premessa**

Il protocollo ha lo scopo di contenere al massimo il rischio di contagio contemplando la necessità per i tesserati delle società partecipanti ai campionati seniores regionali, ai campionati giovanili regionali, al 3x3 indoor, di poter svolgere attività di allenamento, in preparazione alla partenza dei rispettivi campionati.

Laddove la situazione epidemiologica dovesse mutare in senso più restrittivo, al fine di dare maggior sicurezza a tutti gli operatori sportivi, potrebbe essere presa in considerazione la possibilità di proseguire l'attività a fronte dell'adozione di mascherine per l'attività sportiva che rispondano ai requisiti prestazionali ed ai metodi di prova indicati nella prassi di riferimento UNI/PdR 90:2020; resta inteso che, sempre sulla base dell'andamento dei dati epidemiologici, delle nuove acquisizioni scientifiche, dei dispositivi normativi a livello nazionale e/o regionale, potranno essere introdotti esami clinico diagnostici per la verifica e necessario contrasto del contagio. Eventuali disposizioni in merito saranno comunque oggetto di future specifiche comunicazioni.

Il protocollo intende anche richiamare tutti gli operatori sportivi al massimo senso di responsabilità, facendo esplicito riferimento al principio di lealtà sportiva, cui ciascun soggetto in tale ambito deve riferirsi, estendendolo in questo particolare momento anche al rispetto ed alla salute altrui.

Inoltre il protocollo obbliga, oltre agli esami prescritti, ad una autocertificazione/automonitoraggio da tenere con frequenza settimanale, tenendo un elenco giornaliero aggiornato dei partecipanti alle attività (nome, cognome, contatto).

## **CLASSIFICAZIONE EPIDEMIOLOGICA**

Ai fini della corretta individuazione dei percorsi sanitari da mettere in pratica, in caso di contatto con il virus, i soggetti vengono classificati in due gruppi:

**Gruppo 1** – Soggetti COVID19+ (positivi) accertati e guariti o che in base all'anamnesi medica abbiano avuto negli ultimi sei mesi sintomi caratteristici e potenzialmente riferibili alla infezione da COVID19, tra i quali, a titolo non esaustivo, temperatura corporea > 37,5 –C, tosse, mal di gola, rinite, astenia, dispnea, mialgie, diarrea, anosmia, ageusia.

**Gruppo 2** - Soggetti COVID19- (negativi) e soggetti asintomatici (non testati). In questa categoria rientrano anche coloro che sono stati a contatto con soggetti positivi (link epidemiologico familiare e ambientale positivo) ma sempre rimasti asintomatici e non testati.

Se negativi sono soggetti che non hanno mai contratto la malattia COVID19.

### Casi positivi asintomatici

Le persone asintomatiche risultate positive alla ricerca del COVID19 possono rientrare in comunità dopo un periodo di isolamento di almeno 10 giorni dalla comparsa della positività, al termine del quale risulti eseguito un test molecolare con risultato negativo (10 giorni + test).

### Casi positivi sintomatici

Le persone sintomatiche risultate positive alla ricerca del COVID19 possono rientrare in comunità dopo un periodo di isolamento di almeno 10 giorni dalla comparsa dei sintomi (non considerando anosmia e ageusia/disgeusia che possono avere prolungata persistenza nel tempo) accompagnato da un test molecolare con riscontro negativo eseguito dopo almeno 3 giorni senza sintomi (10 giorni, di cui almeno 3 giorni senza sintomi + test).

### Casi positivi a lungo termine

Le persone che, pur non presentando più sintomi, continuano a risultare positive al test molecolare per COVID19, in caso di assenza di sintomatologia (fatta eccezione per ageusia/disgeusia e anosmia che possono perdurare per diverso tempo dopo la guarigione) da almeno una settimana, potranno interrompere l'isolamento dopo 21 giorni dalla comparsa dei sintomi.

**La positività accertata non consentirà per il soggetto in questione la partecipazione agli allenamenti.**

Tutti i partecipanti alle attività degli allenamenti, dovranno compilare settimanalmente l'autocertificazione con le modalità specificate in premessa (allegato 1).

Se un componente dovesse presentare uno o più sintomi tra quelli evidenziati nell'autocertificazione, rimarrà al proprio domicilio e contatterà tempestivamente il medico di fiducia per gli accertamenti e le terapie del caso; gli altri componenti il gruppo continueranno nelle attività sportive previste, in attesa degli esiti degli accertamenti. Qualora venga confermata la positività, tutti dovranno eseguire un tampone antigenico o molecolare. Se il tampone antigenico dovesse risultare positivo, dovrà essere effettuato un tampone molecolare. Coloro che risulteranno positivi verranno isolati e seguiranno quanto previsto dalle autorità sanitarie, i negativi continueranno nelle attività programmate.

Gli atleti che hanno contratto la malattia COVID19 saranno di nuovo sottoposti a visita medica per il rilascio del certificato per l'attività sportiva agonistica secondo le normative vigenti, **anche se già in possesso di certificato in corso di validità.**

**È fortemente consigliato per tutti i partecipanti ai campionati l'uso dell'APP IMMUNI".**

***Si precisa altresì che si è adottato il principio prudenziale della ripresa graduale delle attività, sia in relazione alle modalità di svolgimento che ai carichi di lavoro, e che il protocollo potrà essere integrato, modificato alla luce di nuove disposizioni governative e/o dell'evoluzione dello stato di emergenza in atto.***

### Premesse generali per la manutenzione degli impianti e l'adozione di pratiche d'igiene

*Per tutte le indicazioni non elencate nel presente protocollo si fa espresso riferimento alle norme e prescrizioni contenute nei DPCM e nelle Linee Guida della Presidenza del Consiglio dei Ministri-Ufficio Sport n. 3180 del 04/05/2020 e del 17/05/2020 che rimangono fonte primaria.*

Viene di seguito descritta, per tipologia di attività, la buona norma da mettere in pratica per la ripresa dell'attività di allenamento negli impianti sportivi.

- Pulizia/sanificazione iniziale (si cita a riferimento la circolare del Ministero della Salute del 22/05/2020);
- Prima e dopo l'applicazione le sale vanno ampiamente aerate.
- Aereazione delle sale.
- Ove possibile l'aerazione naturale è vivamente consigliata.
- L'utilizzo di impianti di ventilazione e/o condizionamento è consentito solo dopo una corretta e periodica manutenzione e igienizzazione. Particolare cura va posta nella igienizzazione delle prese d'aria e nella manutenzione settimanale dei filtri, I filtri HEPA necessitano di manutenzione particolare e specialistica in

quanto capaci di filtrare e trattenere una grande quantità di aerosol. Il ricircolo dell'aria deve essere ridotto quanto più possibile, in favore dell'aerazione esterna.

- Stilare un piano d'ingresso per evitare affollamenti mediante diversificazione dei percorsi e degli orari di atleti, tecnici, fornitori terzi. Nel caso in cui siano previsti più allenamenti successivi o se più gruppi di allenamento usano contemporaneamente una palestra, gli orari di allenamento devono essere coordinati in modo da evitare assembramenti ed incroci a inizio o fine allenamento. A tal proposito deve essere prevista una pausa di 10 minuti per consentire che il cambio degli atleti avvenga senza alcun pericolo.
- Attuazione di un piano (da integrare nel DVR ove obbligatorio o da stilare comunque a parte) che preveda la capienza massima della sala di atleti, tecnici e eventuali manutentori, vie d'esodo e ingressi, misure di prevenzione in uso. Il numero di atleti che possono accedere contemporaneamente sul capo di gioco è previsto nel numero massimo di 16 più 8 da alternare.
- Formazione di un orario giornaliero e settimanale per organizzare la rotazione dei gruppi di atleti e avere una gestione dei turni di allenamento che tenda a non fare incontrare i diversi gruppi
- Messa a disposizione dei materiali di protezione e sanificazione (gel igienizzante e mascherine).
- Messa in opera di contenitori dedicati ai materiali potenzialmente infetti (tali materiali vanno trattati come materiale infetto categoria B (UN3291) corrispondenti al codice CER 18.01.03\* HP9 e categoria ADR UN 3291.
- Il fisioterapista deve essere sempre dotato dei dispositivi di protezione individuale e con la dotazione di primo intervento (ghiaccio, tape, cerotti, ecc.) interviene in caso di infortunio che avviene sul campo di allenamento. In questo caso, si raccomanda fortemente che gli altri atleti e tecnici, siano a distanza di almeno 2 metri dall'atleta infortunato. Nel caso in cui l'atleta infortunato non possa tornare ad allenarsi, deve indossare la mascherina chirurgica. Eventuali metodiche fisioterapiche strumentali, devono essere effettuate in un ambiente sanificato e dotato, oltre dei detergenti per le mani, anche di prodotti per la sanificazione dello strumentario che deve essere effettuata alla fine di ogni trattamento e su ogni macchinario utilizzato. Il locale adibito ai trattamenti fisioterapici deve essere dotato di impianto di aereazione per il ricircolo dell'aria e tra un paziente e l'altro e deve passare un tempo di almeno 15 minuti. Gli atleti che devono effettuare terapie masso-fisioterapiche, devono avere guanti e mascherina chirurgica. i) Il materiale di consumo, deve essere smaltito negli appositi contenitori.
- Igienizzazione e disinfezione quotidiana di superfici e attrezzi.
- L'igienizzazione e la disinfezione dei locali e di tutte le parti di contatto (maniglie, porte, sedie, tavoli, pavimenti, ecc.) dovranno avvenire a cura del personale incaricato dalla Società (volontario o collaboratore) quotidianamente al termine delle sessioni di allenamento o prima dell'inizio della giornata successiva e/o di ogni sessione di allenamento. In particolare l'igienizzazione periodica dovrà prevedere l'utilizzo di prodotti ritenuti idonei allo scopo di abbattere l'attività del virus eventualmente depositato.
- Dovranno essere presenti e disponibili distributori di gel igienizzante per mani e saponi igienizzanti nei servizi.
- L'igienizzazione potrà essere operata con panni puliti in microfibra e inumiditi con una soluzione clorata (tipicamente ipoclorito di sodio in soluzione 0,1% in cloro attivo) oppure con alcool etilico al 70/75% con successiva asciugatura dopo una permanenza di 5 minuti del disinfettante).
- Chiusura, al momento, di tutte le altre parti comuni (bar, aree ristoro ecc.) complementari al campo di gioco.
- Divieto di ammissione per accompagnatori e visitatori nel luogo di allenamento (fatta eccezione per l'accompagnatore dell'atleta disabile – vedi rif. più avanti).
- È obbligatorio il controllo della temperatura corporea per gli ingressi.
- È vietato condividere bottiglie e/o indumenti e altri oggetti di uso quotidiano.
- L'utilizzo dei macchinari per il fitness va consentito solo con maschera per il viso o nel rispetto del distanziamento sociale di 2 metri ed i macchinari saranno oggetto di pulizia accurata con uso di prodotti per la disinfezione prima e dopo ogni utilizzo.
- Identificazione di un referente del protocollo COVID-19 per il rispetto delle disposizioni.
- Il referente del protocollo COVID-19 fornisce la necessaria informazione agli atleti ed a tutti i frequentatori della palestra, nonché le regole d'uso degli impianti ed ha il compito di organizzare la vigilanza della struttura.
- Identificazione dell'addetto all'igiene.
- Si precisa che le mansioni possono essere cumulabili.

***Al momento non è previsto l'utilizzo degli spogliatoi e delle docce***

## Indicazioni operative per la ripresa degli allenamenti

In questa prima fase, l'attività proposta agli atleti dovrà avere come obiettivo la ripresa della condizione mentale, motoria e fisica degli atleti. Si raccomanda, laddove possibile, lo svolgimento delle attività di allenamento in spazi aperti.

### Attività consentite:

- Tutte le attività motorie devono essere svolte con progressività di ritmo ed intensità.
- Tutte le forme di riscaldamento attivazione con giochi o esercizi individuali.
- Tutte le forme di esercizi individuali con il rispetto del distanziamento sociale.
- Esercizi di contatto.

### Attività non consentite:

- All'interno degli impianti sportivi non si potrà svolgere alcun meeting in presenza (analisi video, riunioni tecniche, incontri con genitori, riunioni dirigenti).

### Modalità di svolgimento:

- Palloni da pulire frequentemente con appositi dispositivi e sanificati all'inizio e al termine della seduta di allenamento.
- Mantenimento del distanziamento sociale di almeno 2 metri nelle fasi di non gioco.
- Utilizzo scarpe dedicate (da cambiarsi all'ingresso in campo ed all'uscita).
- I giocatori che non partecipano agli esercizi in campo e che sono in attesa di essere alternati, rimarranno seduti in panchina e distanziati di almeno 2 metri.

### Si precisa inoltre che:

*per le categorie destinatarie del presente protocollo non sono al momento previsti eventi e competizioni sportive. Allo scopo di consentire la graduale ripresa delle attività sportive, nel rispetto di prioritarie esigenze di tutela della salute connesse al rischio di diffusione da COVID-19, le sessioni di allenamento sono consentite, nel rispetto delle norme di distanziamento sociale e senza alcun assembramento, a porte chiuse;*

### Ripresa degli allenamenti:

Nelle 72 ore precedenti la ripresa degli allenamenti, tutti gli atleti, tecnici e dirigenti dovranno eseguire un tampone rapido o molecolare che dovrà risultare negativo, e dovranno compilare un'AUTOCERTIFICAZIONE (allegato 1) che dovrà attestare l'assenza di sintomi riferibili a SARS-COV-2 e di rischi di contagio per quanto di propria conoscenza. Successivamente l'autocertificazione dovrà essere compilata settimanalmente e consegnata, ad un incaricato scelto all'interno dell'organigramma societario (Referente COVID-19).

Il Referente COVID-19 conserverà l'autocertificazione secondo le modalità previste dalla normativa sulla Privacy vigente.

Per i minori l'autocertificazione sarà firmata da chi esercita la potestà genitoriale.

### Auto-monitoraggio clinico individuale

Tutti i partecipanti dovranno auto monitorarsi per sintomi correlati all'infezione da COVID-19 almeno una volta al giorno. Qualora siano presenti segni o sintomi, l'atleta (o l'allenatore, o i dirigenti) dovrà ritenersi esonerato dalla partecipazione agli allenamenti e dovrà darne notifica tempestivamente al Medico di fiducia o al Medico di Medicina Generale, i quali avvieranno le procedure previste dalla legge.

## **Certificazione di idoneità agonistica e return to play**

Tutti gli Atleti devono essere in possesso della certificazione di idoneità agonistica (DM 18/02/82) in corso di validità. Atleti COVID+ accertati e guariti, per essere riammessi alle attività sportive, dovranno presentare una certificazione delle competenti autorità sanitarie o di un infettivologo, che certifichi l'avvenuta guarigione e dovranno sottoporsi a nuova visita medico-sportiva. ed ottenere una "attestazione return to play".

Il medico specialista in medicina dello sport per le visite post COVID può fare riferimento alle raccomandazioni della FMSI divulgate con una nota del Ministero della Salute il 13 gennaio 2021, che è disponibile sul sito federale nella sezione "Protocolli Sanitari".