



**Sección: Shorinji Kempo Almería**

---

**PROTOCOLO DE MEDIDAS  
HIGIENICO-SANITARIAS PARA EL  
DESARROLLO  
DE ENTRENAMIENTOS Y  
ORGANIZACIÓN DE  
ACTIVIDADES DEPORTIVAS.**

**SHORINJI KEMPO**

## CONTENIDO

1. ANTECEDENTES.....	3
2. AMBITO. INFORMACION RELATIVA A LA MODALIDAD DEPORTIVA.....	4
3. OBJETIVOS.....	5
4. PROMOTORES DEL PROTOCOLO .....	5
5. RECOMENDACIONES GENERALES .....	6
5.1. MEDIDAS PREVENTIVAS DE SALUD PÚBLICA.....	6
5.1. MEDIDAS QUE DEBEN SEGUIR LOS DEPORTISTAS .....	6
6. RECOMENDACIONES ESPECÍFICAS .....	8
6.1. LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE LA ZONA DE ENTRENAMIENTO O TATAMI.....	8
6.2. MEDIDAS ORGANIZATIVAS DURANTE EL ENTRENAMIENTO.....	8
7. PROTOCOLO DE CONTINGENCIA ANTE PERSONAS CON SÍNTOMAS... 9	
8. PLAN ESPECÍFICO DE LA INSTALACIÓN DEPORTIVA. ....	10
ANEXO 1: FORMULARIO DE LOCALIZACIÓN PERSONAL (FLP). ....	12

## **1. ANTECEDENTES**

Tras el decaimiento del estado de alarma decretado por las autoridades ante la situación de pandemia por COVID-19, el Gobierno de España, en el ámbito de sus competencias, y las diferentes comunidades autónomas han publicado diferentes ordenes normativas, por la que se adoptaban medidas preventivas de salud pública para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el coronavirus (COVID-19), una vez superado el estado de alarma.

En nuestro ámbito la Orden de 11 de septiembre de 2020 publicada por la Conserjería de Salud y Familias, por la que se modifican la Orden de 17 de junio de 2020, por la que se aprueban medidas para el restablecimiento de la actividad docente en el sistema sanitario público de Andalucía, como consecuencia de la situación y evolución de la pandemia por coronavirus (COVID-19), y la Orden de 19 de junio de 2020, por la que se adoptan medidas preventivas de salud pública en la Comunidad Autónoma de Andalucía, para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el coronavirus (COVID-19), una vez superado el estado de alarma, en lo relativo al ámbito del deporte.

En este sentido, la norma impone en el ámbito de las comunidades autónomas a los organizadores de actividades y eventos deportivos de ocio y de competición que no sean oficiales federados, se desarrollen al aire libre o en instalaciones deportivas, que cuenten con un protocolo específico de prevención de la COVID-19 que podrá ser requerido en cualquier momento por la administración competente. Además, la orden exige a los titulares de las instalaciones deportivas que cuenten con un protocolo específico de prevención de la COVID-19 para la práctica físico-deportiva respetando lo previsto en dicha norma.

Además, la norma exige que los organizadores de actividades y eventos deportivos de ocio y de competición o, en su defecto, los titulares de instalaciones deportivas, en el caso de actividades no organizadas, designen una persona coordinadora del cumplimiento de los protocolos de prevención de la COVID-19.

Por otra parte, el deportista tiene el derecho y la obligación de conocer el protocolo de prevención de la COVID-19 que corresponda a la práctica físico-deportiva que desarrolle. Siendo el deportista responsable de no realizar práctica físico-deportiva en instalaciones deportivas y no participar en actividades y eventos deportivos de ocio y de competición en el caso de que tenga síntomas del COVID-19 o que conviva con personas que se encuentren con tal enfermedad.

La persona física o jurídica responsable del protocolo de prevención de la COVID-19 tiene la obligación de dar máxima publicidad del mismo, tanto a deportistas y usuarios como, en su caso, a espectadores.

Por último, en la medida que las autoridades sanitarias lo consideren adecuado en relación con la evolución de la pandemia de la COVID-19, se podrá llevar a cabo la flexibilización, en fases sucesivas, de las medidas adoptadas en relación con la práctica físico-deportiva y la organización de actividades y eventos deportivos de ocio y de competición, lo que ocasionará una adaptación a estas nuevas circunstancias del presente protocolo.

## 2. AMBITO. INFORMACION RELATIVA A LA MODALIDAD DEPORTIVA

La práctica del Shorinji Kempo en España a nivel organizativo depende de la Federación Española de Shorinji Kempo (FESK) registrada en el Ministerio del Interior, de manera que no está reconocida como modalidad deportiva en Andalucía.

Los entrenamientos diarios suponen la actividad principal del CD Shorinji Kempo Almería, llevándose a cabo en las instalaciones del Patronato Municipal de Almería.

Es por esto que el presente protocolo se ha elaborado en base a la **Boletín Extraordinario nº 56** que recoge el **BOJA del 11 de septiembre de 2020** y que establece como referencia el **Anexo I** para la elaboración de un protocolo para organizadores de actividades físico – deportivas no reconocidas como modalidades deportivas en Andalucía y siguiendo a su vez las indicaciones establecidas por el **Patronato Municipal de Deportes de Almería** en su **Protocolo general de prevención y protección de la salud ante la COVID-19 para el correcto desarrollo de la práctica deportiva en instalaciones deportivas municipales**.

En el aspecto funcional, el Shorinji Kempo es una actividad deportiva centrada en técnicas de defensa personal. En la clase se realizan entrenamientos conjuntos en los que se mantiene una distancia interpersonal de más de 1,5 m. entre deportistas y también entrenamientos en parejas con contacto físico, en los que intervienen agarres a la ropa y cuerpo de los practicantes.

El Shorinji kempo es un arte marcial complejo, para su progresión establece diferentes métodos de entrenamiento, permitiendo algunos de ellos la práctica de forma individual como son estudio de las bases, las formas individuales (secuencias técnicas preestablecidas), manejo de armas tradicionales, clases de contenidos teóricos y filosóficos, etc. Este aspecto permite adaptar la práctica a las diferentes recomendaciones que establezcan las autoridades sanitarias en función de la evolución de la pandemia.

La actividad se desarrolla en una sala cubierta de una superficie de 150 m<sup>2</sup>, con sistemas de ventilación. La práctica se realiza descalzo sobre tatami.

### **3. OBJETIVOS.**

El protocolo tiene por objetivos:

- Prevención y mitigación de los contagios de la COVID-19 durante el desarrollo de la práctica y los entrenamientos.
- Promover entre las y los deportistas que practican Shorinji Kempo un comportamiento social de cautela y autoprotección.
- Prevenir el contagio mediante medidas activas de limpieza y distancia social en el desarrollo de las actividades deportivas.
- Disponer de un sistema de alerta temprana entre los practicantes para comunicación de incidencias, detección de casos, necesidad de comunicación con autoridades sanitarias y cualquier otra relacionada.
- Disponer de un protocolo de actuación si se detectan síntomas en un deportista durante su presencia en la instalación.

### **4. PROMOTORES DEL PROTOCOLO**

Los promotores del protocolo son la Federación Española de Shorinji Kempo- Sección de Almería, en la que su representante es el jefe de sección D. Carlos Gustavo Peral Colacio, con correo electrónico: [al\\_shorinji@hotmail.com](mailto:al_shorinji@hotmail.com) y nº de teléfono: 649-263-553.

## 5. RECOMENDACIONES GENERALES

### 5.1. MEDIDAS PREVENTIVAS DE SALUD PÚBLICA

- Higiene frecuente de manos.
- Higiene respiratoria (evitar toser directamente al aire y tocarse la cara, la nariz y los ojos).
- Distancia interpersonal mínima de 1,5 metros.
- Uso obligatorio de las mascarillas aun siendo posible mantener la distancia mínima interpersonal, especialmente en espacios cerrados.
- Limpieza, higiene y ventilación de los espacios utilizados y, especialmente, adopción de medidas de aislamiento y comunicación con los servicios de salud tan pronto como se tengan síntomas compatibles con la COVID-19 (fiebre, tos o dificultad para respirar) u otros síntomas, como falta de olfato o gusto.

### 5.2. MEDIDAS QUE DEBEN SEGUIR LOS DEPORTISTAS

Las medidas generales de protección y prevención de los usuarios de la instalación son:

- Adecuada higiene de manos mediante:
  - Lavado frecuente.
  - Uso de dispensadores de gel hidroalcohólico.
  - Empleo de material de secado de un solo uso.
- Uso de un calzado exclusivo para el acceso a la instalación diferente del empleado para su llegada y retorno.
- Distanciamiento social adecuado de 1,5 metros, tanto durante la práctica deportiva como en la entrada y salida a la sala de entrenamiento.
- Adecuada higiene respiratoria:
  - Toser y estornudar en la flexura del codo.
  - Uso de pañuelos desechables.
  - Desechar material empleado en papeleras e higiene de manos posterior.
- No compartir material deportivo (y en caso de hacerlo, desinfectarlo adecuadamente entre usos).
- Cada deportista llevará una **toalla** para su uso durante la actividad con la que limpiar su propio sudor.
- Cada deportista tendrá su propio **bidón de bebida**, estando prohibido compartir el mismo.
- Atender con diligencia las instrucciones recibidas por el personal responsable de la instalación o la actividad deportiva.
- Respetar las limitaciones de aforo y tiempo en el uso de instalaciones para el entrenamiento y vestuarios.
- Respetar los tiempos de acceso, permanencia y salida de las instalaciones.
- Respetar los recorridos de sentido único de circulación que se puedan establecer en la instalación y que serán señalados y/o indicados.
- Los usuarios deberán atender con diligencia las indicaciones que reciban en esta materia por parte de los instructores y personal de la instalación.
- El uso de la mascarilla deberá cumplir con lo establecido en la Orden de 14 de julio de 2020, sobre el uso de la mascarilla y otras medidas de prevención en materia de salud pública para hacer frente al coronavirus (COVID-19) y por la que se modifica la Orden de 19 de junio de 2020.
- El usuario tiene el derecho y la obligación de conocer el protocolo de prevención de la COVID-19 que corresponda a la práctica deportiva que desarrolle. Asimismo, es responsable

de no realizar práctica físico-deportiva en instalaciones deportivas y no participar en actividades y eventos deportivos de ocio y de competición en el caso de que tenga síntomas de COVID-19 o que conviva con personas que se encuentren con tal enfermedad (punto 2.3.5. de la Orden de 19 de junio).

- NO SE PODRÁ ACEDER A LAS INSTALACIONES DEPORTIVAS EN CASO DE PRESENTAR SÍNTOMAS COMPATIBLES CON LA COVID-19, haber estado en contacto con personas infectadas, estar en periodo de cuarentena o aislamiento preventivo. Igualmente, si presenta síntomas pseudo-gripales: fiebre, escalofríos, cefalea, mialgia, debilidad, náuseas o vómitos se procederá preventivamente, sugiriendo al usuario el abandono de la instalación. En este último caso, se seguirá el PROTOCOLO DE CONTINGENCIA ANTE PERSONAS CON SÍNTOMAS, incluido en este manual.
- Las personas que sean consideradas caso sospechoso o probable de infección por el virus SARS-CoV-2, por tener infección respiratoria aguda grave con cuadro clínico o radiológico compatible con COVID-19, o que se encuentren pendientes de los resultados de pruebas diagnósticas por este motivo, las que sean consideradas como caso confirmado con infección activa y las consideradas **contacto estrecho** de un caso sospechoso, probable o confirmado, deberán seguir las condiciones de aislamiento o cuarentena que les sean indicadas desde los dispositivos asistenciales o de salud pública, no pudiendo abandonar su domicilio o lugar de aislamiento o cuarentena en ningún caso, salvo autorización expresa del servicio sanitario por causas debidamente justificadas.

### 5.3. MEDIDAS QUE DEBEN SEGUIR LOS TRABAJADORES Y TÉCNICOS DEPORTIVOS (INSTRUCTORES) DEL CLUB

Las medidas que se aplican a los técnicos deportivos y trabajadores serán las mismas que las descritas en los apartados anteriores, **con la diferencia que el técnico instructor será el responsable de la activación del protocolo de contingencia y la posterior desinfección en caso de detección de persona contagiada o con síntomas en las instalaciones deportivas.** En particular, estas medidas incluyen:

- Higiene de manos: lavado frecuente, uso de dispensadores de gel hidroalcohólico, empleo de material de secado de un solo uso.
- Distanciamiento social al menos de 1,5 metros tanto en la práctica e instrucción como en la entrada y salida a la sala de entrenamiento.
- Uso de EPIs según normativa oficial: principalmente mascarillas y ocasionalmente guantes, según la actividad desarrollada.
- Higiene respiratoria: toser y estornudar en flexura del codo, uso de pañuelos desechables, etc.
- No compartir objetos personales, material deportivo ni equipos de protección (casco, petos, etc). En caso de tener que compartirlos se realizará una correcta desinfección entre usos.
- Medidas contempladas en el art. 7 del Real Decreto-ley 21/2020, de 9 de junio, en centros de trabajo y en esta normativa.

## 6. RECOMENDACIONES ESPECÍFICAS

### 6.1. LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE LA ZONA DE ENTRENAMIENTO O TATAMI

- No se podrá acceder a la sala de Tatami con el calzado de calle. Se utilizará un calzado exclusivo para entrar a la sala.
- Habida cuenta de que la práctica del Shorinji Kempo se realiza con los pies descalzos, se procederá a la desinfección de pies y manos con gel hidroalcohólico antes de pisar el tatami.
- Se proveerá de dispensadores de gel hidroalcohólico y botes de solución desinfectante para limpieza de superficies.
- Al comienzo y final del entrenamiento se realizará la limpieza de la sala con desinfectantes de uso por el público en general, como la lejía o con una solución de hipoclorito sódico que contenga 1000 ppm de cloro activo (dilución 1:50 de una lejía con concentración 40-50 gr/litro preparada recientemente), para que el lugar adquiera las condiciones higiénico – sanitarias requeridas.
- Se procurará la máxima ventilación de la sala mediante el funcionamiento continuo del extractor existente y la apertura de puertas y ventanas abatibles.
- Se mantendrá un aprovisionamiento suficiente del material de limpieza para poder acometer las tareas de higienización reforzada. Entre ellos lejía y desinfectantes con actividad virucida autorizados y registrados por el Ministerio de Sanidad.
- Se dispondrá de un cubo de basura con apertura por pedal, en el que se colocará una bolsa para la gestión de residuos contaminados.

### 6.2. MEDIDAS ORGANIZATIVAS DURANTE EL ENTRENAMIENTO

- Se ha adoptado como medida, un registro de asistentes a los entrenamientos que estará disponible durante 15 días, para su uso por parte de las Autoridades Sanitarias en caso de necesidad.
- Se evitar los saludos con contacto físico, se utilizará el saludo habitual del Shorinji Kempo o Gassho Rei, que no requiere contacto físico, respetando el distanciamiento social establecido.
- La mascarilla será de uso obligatorio durante la práctica y la estancia en las instalaciones de gestión del Patronato Municipal de Deportes de Almería. (Según la orden del 14 de Julio de 2020, sobre el uso de mascarilla y otras medidas de prevención.)
- Se respetará siempre la distancia de seguridad establecida en 1'5m tanto en el tatami (el instructor de las actividades distribuirá a los asistentes en sectores individuales de 2 x 2 metros) como en los accesos a la sala.
- Durante la sesión de entrenamiento se realizarán frecuentes interrupciones para la higienización de manos con gel hidroalcohólico.
- El uso de los aseos será sólo en caso de necesidad fisiológica, en cuyo caso deberá volver a realizar el proceso de desinfección de pies y manos para volver a acceder a la sala de tatami.
- El acceso al cuarto de material está limitado a un máximo de dos personas.
- No se compartirá el material deportivo, cada usuario tendrá asignado el material de protección (peto y casco), que será desinfectado después de su uso.
- El aforo estará regido por las recomendaciones recogidas en los protocolos del Patronato Municipal de Deportes de Almería, que para la sala de tatami es de 10+1.
- Todas las visitas externas están restringidas a excepción de aquellas estrictamente necesarias, siempre autorizadas por los responsables de la instalación.
- Los asistentes deberán lavar su ropa (Dogis) después de cada sesión de entrenamiento con un virucida homologado y/o agua entre 60°y 90°con detergente.
- Los asistentes no deben comer en la sala de entrenamiento.



## **7. PROTOCOLO DE CONTINGENCIA ANTE PERSONAS CON SÍNTOMAS.**

- Cuando se detecte una posible persona contagiada, se pondrá en conocimiento inmediato del responsable de la Instalación, y se seguirán las medidas que indique la autoridad sanitaria.
- Se notificará con teléfono y datos del lugar a las autoridades sanitarias a través del Centro de Salud correspondiente o del teléfono COVID-19 para Andalucía (900400061). Se deberá prever la información a transmitir, para rastreo del grupo de personas con posible contagio, etc. Para estos casos se podrá hacer uso de la información recabada en la inscripción con el formulario de localización (ANEXO I).
- El contacto directo para la comunicación de esta información lo deberá realizar el responsable de la actividad.
- El responsable de la instalación procederá de la siguiente forma: Antes de cualquier actuación, el trabajador deberá protegerse con mascarilla FFP2 y guantes. Una vez protegido el trabajador, éste facilitará a la persona afectada mascarilla quirúrgica y guantes. La instalación dispondrá de dos kits de protección, que se facilitarán por el responsable, tanto a la persona afectada como a un acompañante de la misma (mascarilla FFP2 y guantes).
- Se mantendrá a la persona afectada aislada del resto de usuarios de las instalaciones, evitando el contacto físico con otras personas y manteniendo una distancia física de seguridad de al menos 2 metros. Una vez el usuario afectado abandone la instalación, se procederá a la desinfección de las zonas y material (dilución 1:50 de agua y lejía o productos autorizados) que hayan podido tener contacto con el afectado (la instalación deberá ser desinfectada posteriormente para su apertura).
- Las personas que han tenido contacto con el paciente deberán abandonar la instalación e informar a las autoridades sanitarias de lo ocurrido, por medio de los responsables del club.

**8. PLAN ESPECÍFICO DE LA INSTALACIÓN DEPORTIVA.**

Localización	Medida Preventiva	Medida Implant.		Responsable implantación	Planificación medidas pendientes	
		Si	No		Fecha impl.	Firma Resp.
<b>Medidas de carácter técnico</b>						
SALA DEL TATAMI	Se proveerá de dispensadores de gel hidroalcohólico y botes de solución desinfectante para limpieza de superficies.					
>>	Al comienzo y final del entrenamiento se realizará la limpieza de la sala con desinfectantes de uso por el público en general, como la lejía o con una solución de hipoclorito sódico que contenga 1000 ppm de cloro activo (dilución 1:50 de una lejía con concentración 40-50 gr/litro preparada recientemente), para que el lugar adquiera las condiciones higiénico – sanitarias requeridas.					
>>	Se procurará la máxima ventilación de la sala mediante el funcionamiento continuo del extractor existente y la apertura de puertas y ventanas abatibles.					
>>	Se mantendrá un aprovisionamiento suficiente del material de limpieza para poder acometer las tareas de higienización reforzada. Entre ellos lejía y desinfectantes con actividad virucida autorizados y registrados por el Ministerio de Sanidad.					
>>	Se dispondrá de dos kits de protección, que se facilitarán por el responsable, tanto a la persona afectada como a un acompañante de la misma (mascarilla FFP2 y guantes).					
>>	Se dispondrá de un cubo de basura con apertura por pedal, en el que se colocará una bolsa para la gestión de residuos contaminados.					

Localización	Medida Preventiva	Medida Implant.		Responsable implantación	Planificación medidas pendientes	
		Si	No		Fecha impl.	Firma Resp.
<b>Medidas de carácter organizativo</b>						
TODOS LOS ASISTENTES	Se llevará un registro de asistentes a los entrenamientos que estará disponible durante 15 días, para su uso por parte de las Autoridades Sanitarias en caso de necesidad.					
>>	La mascarilla será de uso obligatorio durante la práctica y la estancia en las instalaciones de gestión del Patronato Municipal de Deportes de Almería.					
>>	Se respetará siempre la distancia de seguridad establecida en 1'5m tanto en el tatami (el instructor de las actividades distribuirá a los asistentes en sectores individuales de 2 x 2 metros) como en los accesos a la sala.					
>>	El aforo estará regido por las recomendaciones recogidas en los protocolos del Patronato Municipal de Deportes de Almería, para la sala del tatami es de 10+1.					
>>	El acceso al cuarto de material está limitado a un máximo de dos personas.					
>>	No se compartirá el material deportivo, cada usuario tendrá asignado el material de protección (peto y casco), que será desinfectado después de su uso.					
>>	Todas las visitas externas están restringidas a excepción de aquellas estrictamente necesarias, siempre autorizadas por los responsables de la instalación.					
>>	Los asistentes deberán lavar su ropa (Dogis) después de cada sesión de entrenamiento con un virucida homologado y/o agua entre 60°y 90°con detergente					

## ANEXO 1: FORMULARIO DE LOCALIZACIÓN PERSONAL (FLP).

Este formulario debe ser cumplimentado por todos los participantes en las actividades que desarrolle el Club Deportivo Shorinji Kempo Almería, en cualquier instalación deportiva. Será este club el responsable de la custodia, según el cumplimiento de la LOPDGDD.

Nombre y apellidos:.....

DNI:.....

Dirección habitual:.....

Correo electrónico:.....

Teléfono:.....

Países/CCAA que ha visitado en los últimos 14 días:.....

Cuestiones a responder por los deportistas **(SI/NO)**

Nº	Preguntas	SI	NO
1	¿En los últimos 14 días ha estado en contacto con alguien diagnosticado con COVID-19?		
2	¿Ha visitado a algún paciente con COVID-19 en los últimos 14 días?		
3	¿Ha viajado con algún paciente con COVID-19 en los últimos 14 días? (caso positivo en un avión, tren, bus, etc. En el que has viajado)		
4	¿Ha convivido con algún paciente con COVID-19 en los últimos 14 días?		
5	¿Alguna vez ha sido diagnosticado con COVID-19?		

En caso de responder <<SI>> a uno o más apartados, por favor detalle datos sobre el lugar y el momento del contacto:

Nº	Lugar	Descripción

La persona que firma el cuestionario da su autorización al C.D. Shorinji Kempo de Almería para facilitar la información contenida en el mismo a las autoridades locales de Salud Pública para permitir un rápido rastreo de contactos en caso de que un participante en el evento sufre la enfermedad COVID-19 o tuvo contacto con un caso confirmado.

Fdo. EL DEPORTISTA O TUTOR

En.....a.....de.....de 20.....