



INFORMACIÓN PARA FAMILIAS SOBRE MEDIDAS PERSONALES DE HIGIENE Y PREVENCIÓN OBLIGATORIAS

1. No debe acudir a la actividad deportiva en los siguientes casos:

- Si se tiene cualquier sintomatología (tos, fiebre, dificultad al respirar, etc.) que pudiera estar asociada con el COVID-19. En este caso, se debe contactar con el teléfono de atención al COVID-19 para la Comunidad Autónoma de Aragón (976 696 382) o con el centro de atención primaria asignado y seguir sus instrucciones.
- Si se ha estado en contacto estrecho (convivientes, familiares y personas que hayan estado en el mismo lugar que un caso que presente síntomas a una distancia menor de 2 metros durante un tiempo de al menos 15 minutos) o se ha compartido espacio sin guardar la distancia interpersonal con una persona afectada por el COVID-19. En este caso se debe realizar un seguimiento por si aparecen signos de la enfermedad durante 14 días.
- Se puede participar en la actividad, bajo la responsabilidad de uno mismo en el caso de ser mayor de edad y del padre, madre o tutor en el supuesto de ser menor de edad, si se convive con una persona que sea vulnerable por edad, por estar embarazada o por padecer afecciones médicas anteriores (como, por ejemplo, hipertensión arterial, enfermedades cardiovasculares, diabetes, enfermedades pulmonares crónicas, cáncer o inmunodepresión), siendo conscientes del grave riesgo que supone para el futbolista y para las personas con las que se convive.

2. Recomendaciones relativas a los desplazamientos a la actividad

- Se debe priorizar las opciones de movilidad que mejor garanticen la distancia interpersonal de aproximadamente 2 metros. Por esta razón, es preferible en esta situación el transporte individual.
- Si se realiza en un turismo, deben extremarse las medidas de limpieza del vehículo y evitar que viaje más de una persona por cada fila de asientos manteniendo la mayor distancia posible entre los ocupantes.
- En los viajes en transporte público guardar la distancia interpersonal con el resto de los usuarios y llevar puesta correctamente la mascarilla.



3. Recomendaciones generales de protección e higiene frente al COVID-19

- Lavar frecuentemente las manos con agua y jabón, o con una solución hidroalcohólica, durante 40 segundos. Es especialmente importante después de toser o estornudar, o al inicio y fin de actividades en espacios compartidos. En el caso de que tener los antebrazos descubiertos durante la actividad, es recomendable incluir el lavado de antebrazos.
- Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar, y eliminarlo a continuación en un cubo de basura que cuente con cierre. Si no se dispone de pañuelos emplear la parte interna del codo para no contaminar las manos.
- Evitar tocar los ojos, la nariz o la boca. Evitar el saludo con contacto físico, incluido dar la mano.
- Si se empieza a notar síntomas, extremar las precauciones tanto de distanciamiento social como de higiene y avisar a los responsables de la actividad para que contacten de inmediato con los servicios sanitarios.
- Todo material de higiene personal (mascarillas, guantes de látex, etc.) debe depositarse en cubos de basura que cuenten con cierre.