



LINEAMIENTOS DEL DEPORTE DE ALTO RENDIMIENTO EN EL MARCO DEL COVID-19

9. LINEAMIENTOS DE RETORNO A LOS ENTRENAMIENTOS ESPECÍFICOS PARA ATLETAS DE ALTO RENDIMIENTO

El Alto Rendimiento Deportivo también es conocido como la cúspide de la estructura piramidal o deporte de alto nivel competitivo, se caracteriza por la forma de la Planificación del entrenamiento deportivo, así como las demás ciencias que tributan a este; está dirigido al rápido aumento de la capacidad de rendimiento físico, psíquico, intelectual o técnico-motor del atleta. El Prof. González Badillo considera que “El entrenamiento es un proceso continuo de trabajo que busca el desarrollo óptimo de las cualidades físicas y psíquicas del sujeto para alcanzar el máximo rendimiento deportivo. Este es un proceso sistemático y planificado de adaptaciones morfofuncionales, psíquicas, técnicas, tácticas, logradas a través de cargas funcionales crecientes, con el fin de obtener el máximo rendimiento de las capacidades individuales en un deporte o disciplina concreta.”

La actual propuesta corresponde al Sector Deporte de rendimiento y alto rendimiento del Sistema Deportivo Nacional y a los atletas talento deportivo, atletas reserva deportiva, atletas de rendimiento y de alto rendimiento.

En este lineamiento se involucran (58) Organismos deportivos de manera numérica que conforman el Sistema Deportivo Nacional y hacen parte del alto rendimiento; a continuación, se describen:



50 Federaciones Ecuatorianas por Deporte (Con sus disciplinas deportivas)



4 Federaciones Ecuatorianas por Discapacidad (Con deportes por discapacidad)



4 Organismos Nacionales (Comité Olímpico Ecuatoriano, Comité Paralímpico Ecuatoriano, FEDEME, FEDEPOE)

ATLETA (DEPORTISTAS) - ENTRENADOR Y AUXILIAR PREPARACIÓN.

El lineamiento de retorno a los entrenamientos específicos para el deporte de Alto Rendimiento esta propuesto para:



Atletas



Entrenadores.



Auxiliares de la preparación.

Entiéndase para este documento el término “Atleta”: Del griego antiguo αθλος (athlos), que significaba 'competición', sujeto que ejerce la actividad deportiva directamente, quien ejecuta el ejercicio técnico como tal, por ello posee unas características físicas, fisiológicas, técnicas y tácticas superiores al resto de la población. Entiéndase como sinónimo el término “deportista”.

Entiéndase para este documento el término “Entrenador”: la persona que direcciona el proceso, siendo sinónimos para este documento (Instructor, profesor, maestro, Sabonin, etc).

Entiéndase para este documento el término “Auxiliar de la Preparación”: la persona que soporta el proceso dirección. Entiéndase por Auxiliar los Asistentes Técnicos, Preparadores Físicos, médico, ciencias aplicadas, Mecánicos, Palafreneros, Metodólogos etc.

Para el sector de la discapacidad se tendrá en cuenta al guía, Tandem, clasificador, interprete de ser necesario y otros acordes a la necesidad por discapacidad.



RETORNO A LA ACTIVIDAD

Los atletas, entrenadores y auxiliares deberán realizar:



Toma de temperatura (termómetro).



Cuestionario de Síntomas.



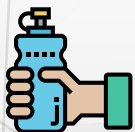
Cuestionario Epidemiológico (familia o personas con las que haya tenido contacto, sospechosas de contagio)



Consentimiento informado del deportista o su representante legal cuando sea menor de edad.



Distanciamiento social - Desplazamiento hasta el sitio de prácticas



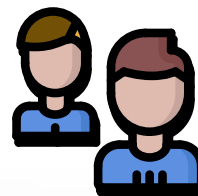
Acudir con hidratación y o alimentación propia



Medidas de protección en el transporte público y/o privado



Se definirá el Distanciamiento: Creación o delimitación de zona técnica y otra zona para personal de apoyo respetando distancias interpersonales.



Se informará el número de personas a intervenir por sesión acorde con la disciplina deportiva y el escenario para la práctica (ejemplo: Es diferente hacer el entrenamiento en un campo de futbol a una cancha de voleibol)

USO DE ELEMENTOS DE PROTECCIÓN.



Mascarilla, bandana o buff.



Gafas/careta.



Guantes.



2 mudas de ropa: para entrenar y para salir a la calle (incluye calzado).



Uso de toalla para sudor personal, Porte y uso de gel anti bacterial y/o alcohol glicerinado.

PLAN DE ENTRENAMIENTO.

Los atletas deberán tener un plan de entrenamiento, diseñado y elaborado por el entrenador específico para la disciplina deportiva. Entiéndase el “Plan de entrenamiento”, como el Documento descriptivo (gráfico y escrito) de la carga de entrenamiento, medios y métodos, de acuerdo a las características específicas en los cuales se encuentran el o los atletas. Este documento será revisado y aprobado por el Organismo Deportivo Nacional competente de acuerdo con la categoría de edad de la selección nacional.



Mecanismos de recuperación.



Medios requeridos para la sesión.



Número máximo de atletas por sesión.

ESCENARIOS



Tipo de escenario (aire libre v/s cerrado).
Acorde a cada Disciplina Deportiva.



Control de acceso acompañantes
(listados).



Baños habilitados.



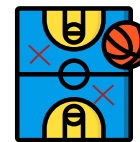
Limpieza y desinfección de barandillas,
puertas y demás elementos que puedan
ser manipulados.



No se prestará servicio de Cafetería.
Control de tiempos de permanencia en el
escenario.



Disponibilidad de jabón líquido de
manos y/o alcohol glicerinado.



Delimitación de las diferentes áreas para
cada uno de los actores presentes en el
escenario (Acorde a cada Deporte).



IMPLEMENTOS DEPORTIVOS Y DE PROTECCIÓN



Deberán ser de uso personal



Desinfección antes y después de la práctica deportiva (revisar instructivos para preparación de desinfectantes)



Retirar la ropa sudada y guardar en bolsas que solo se abrirán para su lavado en casa o sitio de concentración.



Limpieza de elementos y / o superficies de entrenamiento



Desechar implementos deportivos que no se puedan desinfectar

PROPUESTA PARA RETORNO A LOS ENTRENAMIENTOS ESPECÍFICOS PARA ATLETAS DE ALTO RENDIMIENTO

- ▶ Tener aprobado protocolo por deporte de bioseguridad para deportistas y escenarios deportivos elaborado por cada Organismo Deportivo responsable del deporte.
- ▶ Población específica de rendimiento y alto rendimiento.
- ▶ Solamente para entrenamientos y no para competencias deportivas.
- ▶ Son medidas dinámicas de acuerdo al comportamiento epidemiológico.
- ▶ Si surge incremento con el pico epidemiológico se deben suspender estas medidas.

DISCIPLINAS DEPORTIVAS DE BAJO RIESGO

CONSIDERACIONES

Las (20) Disciplinas Deportivas de menor riesgo podrán reiniciar las sesiones de entrenamiento cuando el semáforo se encuentre en color ROJO y son las que corresponden a las agrupaciones deportivas de Tiempo y Marca (Fuerza y Resistencia) y Arte Competitivo y Precisión. En los deportes de Pelota, únicamente se contempla la disciplina del Golf por las características del campo y escenario. Mientras que en la agrupación de combate se tiene en consideraciones las disciplinas y modalidades con características de Arte Competitivo y Precisión tales como: Kata y Poomsae.

Si bien no están considerados deportes de conjunto, se aclara que estos deportes de bajo riesgo son individuales, pero algunos con pruebas colectivas, por lo que solo se habilita el entrenamiento de las individuales. Ejemplo: las katas en karate tiene pruebas individuales y en equipo (solo podrá reactivar el entrenamiento individual).

Los deportes para personas con discapacidad (adaptado) que se realicen también en el sector convencional serán considerados en la misma clasificación del riesgo. Ejemplo Atletismo y Para-atletismo; Natación y Para-natación.



SECRETARÍA DEL DEPORTE



DEPORTE

DISCIPLINA



OBSERVACIÓN

1	AJEDREZ		Juegos en elineas - On line
2	ATLETISMO		pruebas individuales - No colectivas
3	BUCEO Y ACTIVIDADES SUB ACUÁTICAS	Agua Abiertas - Piscina	
4	CANOTAJE		Botes individuales (C1 - K1)
5	CICLISMO	Ruta - Montaña	Ruta - Montaña
6	ECUESTRES		
7	FISICO CULTURISMO Y LEV. DE POTENCIA	Lev. Potencia	
8	GOLF		
9	KARATE DO	Kata - Formulas	Individual - No equipos
10	LEV. PESAS		
11	NATACIÓN	Aguas Abiertas - Carreras	Aguas Abiertas - Carreras

SECRETARÍA DEL DEPORTE



DEPORTE

DISCIPLINA



OBSERVACIÓN

12	PATINAJE	Carreras	Actividades Individuales
13	PENTATLÓN MODERNO	Tiro Laser - Atletismo - Natación	
14	REMO		Botes individuales
15	TAE KWON DO	Poomsae - Formulas	Individual - No equipos
16	TENIS DE CAMPO		
17	TIRO CON ARCO		
18	TIRO OLÍMPICO		
19	TRIATLÓN		
20	VELA		Embarcaciones individuales

CONDICIONES ESPECÍFICAS PARA DISCIPLINAS DEPORTIVAS DE BAJO RIESGO

- 1 Momento de Reactivación:** inmediata (Semáforo Rojo)

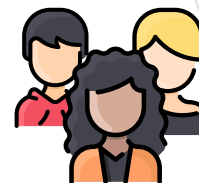


- 2 Horarios:** (5h00 a 12h00) Sin afectar el toque de queda. En el momento de liberar el toque queda esta restricción será acorde al color del semáforo correspondiente e a su ubicación geográfica.



- 3 Edad:** Rango de edad de atletas 15 - 50 años (Los atletas menores de edad, deberán contar con Autorización del padre/madre de familia o representante legal para asistir a los entrenamientos.). Aclaración: si se presentara un atleta del plan de alto rendimiento (EJ

Ecuestre) que supere los 50 años se aprobará como excepción. Edad de entrenadores y Auxiliares de la preparación (sin límite de edad).



- 4 Distancia desde el lugar de residencia:** Sin un límite máximo de desplazamiento con relación a su lugar de residencia.



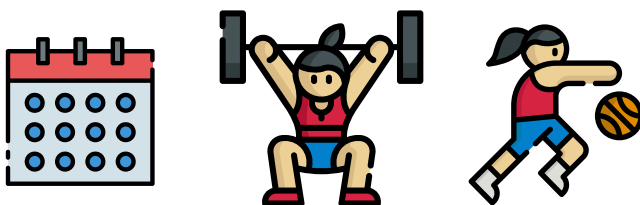
Sin límite máximo



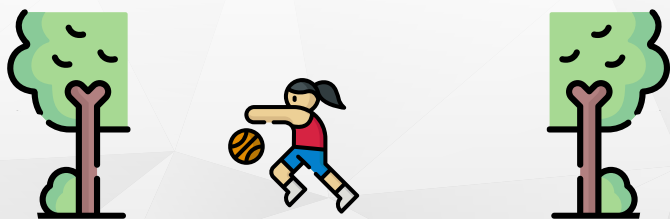
EL
GOBIERNO
DE TODOS

- 5 Frecuencia:** seis sesiones de entrenamiento por semana. Cuando el semáforo cambie, el número de entrenamiento para estas disciplinas será acorde al color del semáforo correspondiente a su ubicación geográfica.

6 sesiones de
entrenamiento
por semana.



- 6 Escenarios recomendados:** espacios abiertos como avenidas, parques y rutas en espacios verdes e instalaciones deportivas siempre y cuando cuenten con la autorización del COE cantonal.

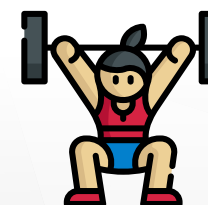


- 7 Duración de los entrenamientos:** El tiempo máximo de práctica es de 120 minutos por sesión.



120 minutos
por sesión

- 8 Numero de atletas:** Realizar la actividad deportiva en forma individual hasta un máximo acorde con el protocolo por deporte. Los entrenamientos serán dirigidos por el entrenador o auxiliar de la preparación y orientado por un plan de entrenamiento.



- 9 Distancia para la práctica:** Distancia mínima de 5 metros para la realización de la actividad física



- 10 Control en Ciencias aplicadas:** Que pueda tener control por telemedicina (virtual) y/o ciencias aplicadas presencial.



- 11 Riesgo de trauma:** Disciplinas con bajo riesgo de trauma



- 12 Implementos:** Implementación personal (no compartida)



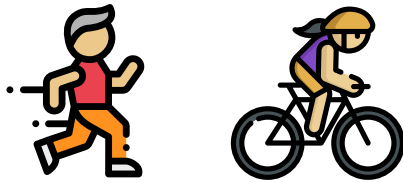
- 13 Protocolos:** Protocolo de limpieza personal y de implementación acorde a la disciplina deportiva.



- 14 Solicitud:** Expresa y motivada del Organismo Deportivo.



15 Medio de locomoción: particular (Caminando, bicicleta, vehículo automotor)



16 Emisión de documento habilitante: para el desplazamiento y realizar la actividad, se deberá emitir un instrumento habilitante y será gestionado por intermedio de la plataforma www.gob.ec y la aplicación Salud EC, mediante módulo específico del Alto Rendimiento.



17 Control e higiene: La Organización Deportiva, sus entrenadores y los mismos deportistas, serán los responsables de controlar y mantener las normas de higiene de los deportistas (uso obligatorio de mascarilla y gel anti-bacterial) y los implementos deportivos deberán tener limpieza y desinfección permanente.



SECRETARÍA DEL DEPORTE

DISCIPLINAS DEPORTIVAS DE MEDIO RIESGO

Cuando el semáforo se encuentre en color amarillo podrán reiniciar los entrenamientos de las (18) Disciplinas Deportivas consideradas de riesgo medio: son algunas que corresponden a las agrupaciones Arte Competitivo y Precisión y de Pelota (Raquetas). También algunas disciplinas de Tiempo y Marca.

Los deportes para personas con discapacidad (adaptado) que se realicen también en el sector convencional serán considerados con la misma clasificación del riesgo. Ejemplo Natación y Para-natación.



SECRETARÍA DEL DEPORTE



DEPORTE

DISCIPLINA



OBSERVACIÓN

1 ANDINISMO Y ESCALADA

Entrenamiento Individual

2 BADMINTON

3 BAILE DEPORTIVO

4 BILLAR

5 BOLOS

6 BRIDGE

7 BUCEO Y ACTIVIDADES
SUB ACUÁTICAS

Buceo

8 CICLISMO

BMX – Pista

9 FISICO CULTURISMO Y
LEV. DE POTENCIA

Fisicoculturismo

10 GIMNASIA

Artística - Rítmica

11 NATACIÓN

Clavados -Sincronizado



DEPORTE

DISCIPLINA



OBSERVACIÓN

12	PATINAJE	Artístico
13	RACQUETBALL	
14	SQUASH	
15	SURF	
16	TENIS DE MESA	
17	VOLEIBOL	Playa
18	DEPORTE PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD	Pruebas con Guía
	Deportes que no se realicen en el sector convencional.	-colectivas - equipo - Otras

DISCIPLINAS DEPORTIVAS DE CONJUNTO

Cuando el semáforo se encuentre en color amarillo podrán reiniciar los entrenamientos las (10) Disciplinas Deportivas que corresponden a las agrupaciones Pelota (deportes de conjunto). En esta fase los deportes de conjunto podrán realizar entrenamientos direccionados a los componentes del Preparación Física y Técnica; no podrán realizar bajo ninguna circunstancia enfrentamientos y partidos.

Los deportes para personas con discapacidad (adaptado) que se realicen también en el sector convencional serán considerados con la misma clasificación del riesgo. Ejemplo Voleibol y Voleibol sentado.



SECRETARÍA DEL DEPORTE



DEPORTE

DISCIPLINA



OBSERVACIÓN

1	BALONCESTO		Preparación Física - Técnica No enfrentamientos y partidos
2	BALONMANO		Preparación Física - Técnica No enfrentamientos y partidos
3	BEISBOL		Preparación Física - Técnica No enfrentamientos y partidos
4	FUTBOL		Preparación Física - Técnica No enfrentamientos y partidos
5	HOCKEY SOBRE CESPED		Preparación Física - Técnica No enfrentamientos y partidos
6	NATACIÓN	Polo Acuático	Preparación Física - Técnica No enfrentamientos y partidos
7	PELOTA NACIONAL		Preparación Física - Técnica No enfrentamientos y partidos
8	RUGBY		Preparación Física - Técnica No enfrentamientos y partidos
9	SOFTBOL		Preparación Física - Técnica No enfrentamientos y partidos
10	VOLEIBOL	Coliseo	Preparación Física - Técnica No enfrentamientos y partidos

DISCIPLINAS DEPORTIVAS DE COMBATE

Cuando el semáforo se encuentre en color amarillo podrán reiniciar los entrenamientos las (10) Disciplinas Deportivas que corresponden a la agrupación combate, los mismos que podrán realizar actividades de mantenimiento general y técnica básica individual. Bajo ninguna circunstancia podrán realizar acciones técnicas de contacto o simulacro de combates.

Los deportes para personas con discapacidad (adaptado) que se realicen también en el sector convencional serán considerados con la misma clasificación del riesgo. Ejemplo Judo, Taekwondo.



SECRETARÍA DEL DEPORTE



DEPORTE

DISCIPLINA



OBSERVACIÓN

1	BOXEO		Preparación Física - Técnica - No acciones de contacto
2	ESGRIMA	Sable - Florete - Espada	Preparación Física - Técnica - No acciones de contacto
3	JIU JITSU BRASILEÑO		Preparación Física - Técnica - No acciones de contacto
4	JUDO	Combate	Preparación Física - Técnica - No acciones de contacto
5	KARATE DO	Kumite - combate	Preparación Física - Técnica - No acciones de contacto
6	KICK BOXING		Preparación Física - Técnica - No acciones de contacto
7	LUCHA	Libre - Grecorromana	Preparación Física - Técnica - No acciones de contacto
8	PENTATLÓN MODERNO	Esgrima	Preparación Física - Técnica - No acciones de contacto
9	TAE KWON DO	Kerugy . Combate	Preparación Física - Técnica - No acciones de contacto
10	WUSHU	Talou - Combate	Preparación Física - Técnica - No acciones de contacto

SECRETARÍA DEL DEPORTE

CONDICIONES ESPECÍFICAS PARA DISCIPLINAS DEPORTIVAS DE MEDIANO RIESGO, CONJUNTO Y COMBATE.

- 1 Momento de Reactivación:** Al bajar el pico (Semáforo Amarillo)

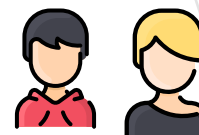


- 2 Horarios:** se podrán realizar entrenamientos a doble jornada (5h00 a 12h00) - (12h00 a 17h00) Sin afectar el toque de queda. En el momento de liberar el toque queda esta restricción será acorde al color del semáforo correspondiente a su ubicación geográfica.



- 3 Edad:** Rango de edad de atletas 15 - 50 años (Los atletas menores de edad, deberán contar con Autorización del padre/madre de familia o representante legal para asistir a los entrenamientos.).
Aclaración: si se presentara un atleta del plan de alto

rendimiento (EJ Ecuestre) que supere los 50 años se aprobará como excepción. Edad de entrenadores y Auxiliares de la preparación (sin límite de edad)



- 4 Distancia desde el lugar de residencia:** Sin un límite máximo de desplazamiento con relación a su lugar de residencia.



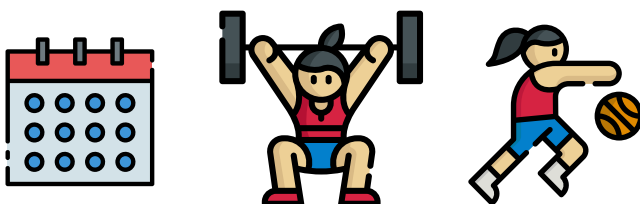
Sin límite máximo



EL
GOBIERNO
DE TODOS

- 5 Frecuencia:** siete sesiones de entrenamiento por semana. Cuando el semáforo cambie, el número de entrenamiento para estas disciplinas será acorde al color del semáforo correspondiente a su ubicación geográfica.

7 sesiones de
entrenamiento
por semana.



- 6 Escenarios recomendados:** espacios abiertos como avenidas, parques y rutas en espacios verdes e instalaciones deportivas siempre y cuando cuenten con la autorización del COE.

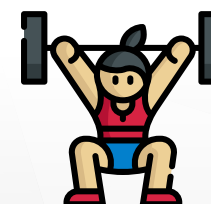


- 7 Duración de los entrenamientos:** El tiempo máximo de práctica es de 150 minutos por sesión.



150 minutos
por sesión

- 8 Numero de atletas:** Realizar la actividad deportiva en forma individual hasta un máximo acorde con el protocolo por deporte. Los entrenamientos serán dirigidos por el entrenador o auxiliar de la preparación y orientado por un plan de entrenamiento.



- 9 Distancia para la práctica:** Distancia mínima de 5 metros para la realización de la actividad física.



- 10 Control en Ciencias aplicadas:** Que pueda tener control por telemedicina (virtual) y/o ciencias aplicadas presencial.



- 11 Riesgo de trauma:** Disciplinas con bajo o medio riesgo de trauma



- 12 Implementos:** Implementación personal (no compartida)



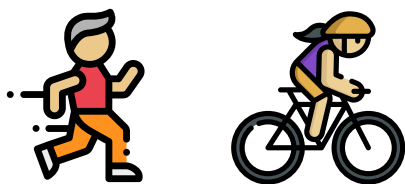
- 13 Protocolos:** Protocolo de limpieza personal y de implementación acorde a la disciplina deportiva.



- 14 Solicitud:** Expresa y motivada del Organismo Deportivo.



15 Medio de locomoción: particular (Caminando, bicicleta, vehículo automotor)



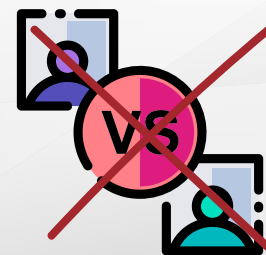
16 Emisión de documento habilitante: para el desplazamiento y realizar la actividad, se deberá emitir un instrumento habilitante y será gestionado por intermedio de la plataforma www.gob.ec y la aplicación Salud EC, mediante módulo específico del Alto Rendimiento.



17 Control e higiene: La Organización Deportiva, sus entrenadores y los mismos deportistas, serán los responsables de controlar y mantener las normas de higiene de los deportistas (uso obligatorio de mascarilla y gel anti-bacterial) y los implementos deportivos deberán tener limpieza y desinfección permanente.



18 Limitación a la sesión de disciplinas de conjunto y combates: podrán realizar actividades de mantenimiento general y técnica básica individual. No se podrán jugar partidos, ni combates.



SECRETARÍA DEL DEPORTE

DISCIPLINAS DEPORTIVAS DE CONJUNTO

Cuando el semáforo se encuentre en color verde podrán realizar entrenamientos las (10) Disciplinas Deportivas que corresponden a las agrupaciones Pelota (deportes de conjunto) enunciadas en el semáforo amarillo. En esta fase los deportes de conjunto podrán realizar entrenamientos direccionados a todos los componentes del entrenamiento incluyendo enfrentamientos y partidos.

DISCIPLINAS DEPORTIVAS DE COMBATE

Cuando el semáforo se encuentre en verde podrán reiniciar los entrenamientos las (10) Disciplinas Deportivas que corresponden a la agrupación combate, enunciadas en el semáforo amarillo. En esta fase los deportes de combate podrán realizar entrenamientos direccionados a todos los componentes del entrenamiento.



DISCIPLINAS DEPORTIVAS DE ALTO RIESGO



DEPORTE

DISCIPLINA



OBSERVACIÓN

- 1 AUTOMOVILISMO Y KARTISMO DEPORTIVO
- 2 DEPORTES AÉREOS
- 3 ESQUI NAUTICO & WAKEBOARD
- 4 MOTOCICLISMO

CONDICIONES ESPECÍFICAS DEL SEMÁFORO VERDE

CONSIDERACIONES

- 1 Momento de Reactivación:** Al pasar el pico (Semáforo Verde)



- 2 Horarios:** Se podrán realizar entrenamientos a doble jornada (5h00 a 14h00) - (14h00 a 19h00) Sin afectar el toque de queda. En el momento de liberar el toque queda esta restricción será acorde al color del semáforo correspondiente a su ubicación geográfica.



- 3 Edad:** Rango de edad de atletas 15 - 50 años (Los atletas menores de edad, deberán contar con Autorización del padre/madre de familia o representante legal para asistir a los entrenamientos.). Aclaración: si se presentara un atleta del plan de alto rendimiento (EJ Ecuestre) que supere los 50 años se aprobará como excepción. Edad de entrenadores y Auxiliares de la preparación (sin límite de edad)



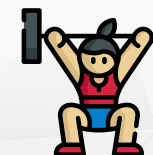
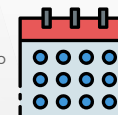
- 4 Distancia desde el lugar de residencia:** Sin un límite máximo de desplazamiento con relación a su lugar de residencia.



Sin límite máximo

- 5 Frecuencia:** Ocho sesiones de entrenamiento por semana. Cuando el semáforo cambie, el número de entrenamiento para estas disciplinas será acorde al color del semáforo correspondiente a su ubicación geográfica.

8 sesiones de entrenamiento por semana.



EL
GOBIERNO
DE TODOS

SECRETARÍA DEL DEPORTE

- 6 Escenarios recomendados:** Abiertos como avenidas, parques y rutas en espacios verdes e instalaciones deportivas siempre y cuando cuenten con la autorización del COE.

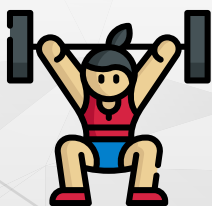


- 7 Duración de los entrenamientos:** El tiempo máximo de práctica es de 180 minutos por sesión.



150 minutos
por sesión

- 8 Numero de atletas:** Realizar la actividad deportiva en forma individual hasta un máximo acorde con el protocolo por deporte. Los entrenamientos serán dirigidos por el entrenador o auxiliar de la preparación y orientado por un plan de entrenamiento.



- 9 Distancia para la práctica:** Distancia mínima de 5 metros para la realización de la actividad física.



- 10 Control en Ciencias aplicadas:** Que pueda tener control por telemedicina (virtual) y/o ciencias



- 11 Riesgo de trauma:** Disciplinas con mediano riesgo de trauma



- 12 Implementos:** Implementación personal (no compartida)



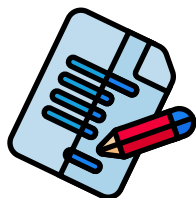
EL
GOBIERNO
DE TODOS

SECRETARÍA DEL DEPORTE

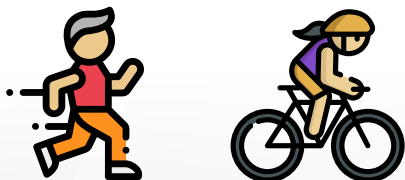
- 13 Protocolos:** Protocolo de limpieza personal y de implementación acorde a la disciplina deportiva.



- 14 Solicitud:** Expresa y motivada del Organismo Deportivo.



- 15 Medio de locomoción:** Particular (Caminando, bicicleta, vehículo automotor)

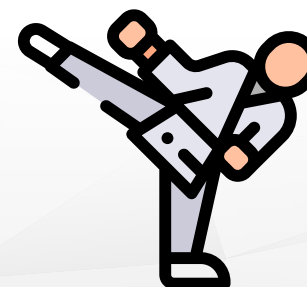


- 16 Emisión de documento habilitante:** Para el desplazamiento y realizar la actividad, se deberá emitir un instrumento habilitante y será gestionado por intermedio de la plataforma www.gob.ec y la aplicación Salud EC, mediante módulo específico del Alto Rendimiento.

- 17 Control e higiene:** La Organización Deportiva, sus entrenadores y los mismos deportistas, serán los responsables de controlar y mantener las normas de higiene de los deportistas (uso obligatorio de mascarilla y gel anti-bacterial) y los implementos deportivos deberán tener limpieza y desinfección permanente.



- 18 Actividad:** En los deportes de combate y conjunto ya se podrán realizar entrenamientos direccionados a todos los componentes del entrenamiento.



▶ SEMAFORIZACIÓN DEL DEPORTE DE ALTO RENDIMIENTO

DESCRIPCIÓN	ROJO	AMARILLO	VERDE
Disciplinas Deportivas acorde al Riesgo:	Bajo	Bajo - Moderado Conjunto Combate	Todos
Momento de Reactivación:	Inmediato Semáforo en Rojo	Al bajar el pico Semáforo en Amarillo	Al pasar el pico Semáforo en Verde
Horarios	05h00 a 12h00	(5h00 a 12h00) (12h00 a 17h00)	(5h00 a 14h00) (14h00 a 19h00)
Población de Rendimiento	Atletas 15 – 50 años Entrenadores y Auxiliares (Sin límite de edad)	Atletas 15 – 50 años Entrenadores y Auxiliares (Sin límite de edad)	Atletas 15 – 50 años Entrenadores y Auxiliares (Sin límite de edad)
Distancia máxima de desplazamiento	Sin un límite máximo	Sin un límite máximo	Sin un límite máximo
Frecuencia máxima de entrenamientosSemanal	6 sesiones	7 sesiones	8 sesiones
Número máximo de atletas	Acorde al protocolo del deporte	Acorde al protocolo del deporte	Acorde al protocolo del deporte
Actividad	Específica del Deporte con adecuaciones	Específica del Deporte con adecuaciones. Combate y Conjunto con restricciones	Entrenamientos direccionados a todos los componentes del entrenamiento
Tiempo máximo de entrenamiento	120 minutos	150 minutos	180 minutos

COMITÉ DE OPERACIONES DE EMERGENCIA NACIONAL

RESOLUCIONES

COE NACIONAL - 15 DE MAYO DE 2020

Cuando el semáforo se encuentre en color verde podrán realizar entrenamientos las (10) Disciplinas Deportivas que corresponden a las agrupaciones Pelota (deportes de conjunto) enunciadas en el semáforo amarillo. En esta fase los deportes de conjunto podrán realizar entrenamientos direccionados a todos los componentes del entrenamiento incluyendo enfrentamientos y partidos.

El COE Nacional, en sesión permanente del viernes 15 de mayo de 2020, por unanimidad de los miembros plenos, resolvió:

- 1** Aprobar el “Protocolo de Prevención en Bioseguridad para el Sector Minero Frente a la Pandemia de COVID - 19” presentado por Ministerio de Energía y Recursos Naturales no Renovables.
- 2** Autorizar la solicitud de la Secretaría de Deporte en lo que respecta a la reanudación de actividades de entrenamiento de los 200 deportistas de alto



rendimiento, cumpliendo los parámetros de bioseguridad.

- 3** Aprobar los proyectos piloto y plan de acción de las empresas correspondientes a los sectores: automotriz, maderero y textil, analizados y presentados por el Municipio del Distrito Metropolitano de Quito.
- 4** Autorizar el plan piloto de la apertura al público de las actividades de venta de alimentos preparados con estricto cumplimiento a las guías de bioseguridad presentado por el Gobierno Autónomo Descentralizado de Samborondón. Se encarga a la MTT6 y GT2 del COE Provincial la elaboración del respectivo informe de evaluación.

Dado en el Servicio Nacional de Gestión de Riesgos y Emergencias, en la sesión Plenaria del COE Nacional - Virtual, el viernes 15 de mayo del 2020.

Lo certifico. -

ROMMEL ULISES SALAZAR CEDEÑO
DIRECTOR GENERAL
SERVICIO NACIONAL DE GESTIÓN DE RIESGOS Y EMERGENCIAS
SECRETARIO DEL COE NACIONAL