



**- CONMEBOL -**

Protocolo de Recomendaciones médicas  
para entrenamientos, viajes y competición  
durante la pandemia del COVID-19.

Versión 3.0  
Octubre 2020



## Índice

Introducción.....	4
Información general a tener en cuenta .....	7
<b>a-Primera Fase – PRE COMPETICIÓN</b>	
1- Protocolo de actuación durante los entrenamientos .....	14
2- Recomendaciones de aislamiento y cuidados en el domicilio para las personas con síntomas leves .....	18
3- Pruebas del COVID-19 .....	21
<b>b-Segunda Fase - COMPETICIÓN</b>	
1- Recomendaciones para los viajes .....	27
2- Recomendaciones para los partidos oficiales .....	30
Bibliografía .....	33
Colaboradores .....	35

# Introducción.

# Introducción

El mundo, y en consecuencia el deporte, se encuentra inmerso en una situación inédita y excepcional ante la que debemos responder de forma responsable, coordinada y planificada teniendo siempre como premisa preservar la salud como el bien máspreciado, razón por la cual la prevención es de suma importancia.

Desde CONMEBOL buscamos cuidar la salud de los miembros de la familia del fútbol, para cuando las autoridades indiquen la posibilidad de volver a entrenar, se puedan minimizar los riesgos de contagio a un nivel medico aceptable. Desde la Comisión Médica y en conjunto con las Asociaciones Miembro se pone a disposición las siguientes RECOMENDACIONES, que deberán en cada caso ajustarse a las leyes y normas sanitarias de cada país.

Cada club deberá adaptar a sus circunstancias, teniendo en cuenta que existen unas condiciones de seguridad mínima que todos deben cumplir.

Entendemos que la transmisión del COVID-19 no se eliminará a corto plazo, y por ello debemos contemplar posibles brotes recurrentes durante los próximos meses, ya que el COVID-19 es de fácil transmisibilidad, y de un periodo de incubación muy corto, razón por la cual recomendamos a todos los miembros de la familia del fútbol sudamericano extremar la prevención.

Es por todo ello, que la Comisión Médica de la CONMEBOL considera que el proceso de incorporación a los entrenamientos debe realizarse de forma progresiva y guardando las debidas diligencias.

En este protocolo, las recomendaciones a tener en cuenta son las siguientes:

- Medidas de higiene y cuidados necesarios
- Recomendaciones de actuación durante los entrenamientos
- Recomendaciones de aislamiento de jugadores o técnicos
- Pruebas del COVID-19
- Protocolo de Operaciones para la reanudación de las Competiciones de CONMEBOL.
- Medidas de los organismos internacionales, como la OMS/OPS.

Información general  
para tener en cuenta.

COVID-19 es una enfermedad respiratoria nueva que se identificó por primera vez en Wuhan, China. Actualmente, la propagación se da principalmente de persona a persona.

## Síntomas comunes



Fiebre



Cansancio



Tos seca

## Síntomas graves



Fiebre alta



Neumonía



Dificultad respiratoria

Otros síntomas frecuentes son la odinofagia (dolor de garganta), dificultad respiratoria (falta de aire), pérdida repentina del gusto y del olfato, cefalea, diarrea y vómitos.

Los síntomas podrían aparecer de 1 a 14 días después de la exposición al virus.

## ¿Cómo se transmite?

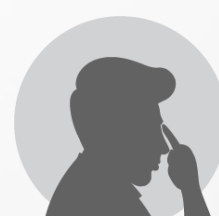
El virus se transmite al hablar y al exhalar el humo del tabaco



Por contacto personal cercano con una persona infectada.



A través de personas infectadas al toser o estornudar o hablar.



Al tocar objetos o superficies contaminadas y luego tocarse la boca, la nariz o los ojos.



Hasta el momento, no hay vacuna ni tratamiento específico, solo tratamiento de los síntomas.

Los casos graves pueden necesitar oxígeno suplementario y ventilación mecánica.



Infórmate a través de fuentes confiables.

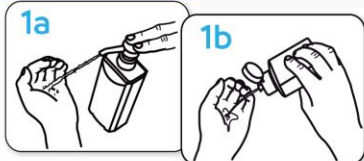
# Primera barrera de protección: lavado de manos

¿Cómo desinfectarse las manos?

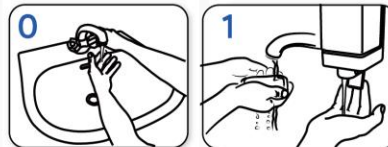
Con un gel a base de 70% - 90%  
ALCOHOL

¿Cómo lavarse las manos?

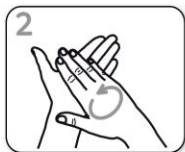
Con agua y jabón



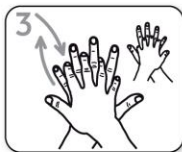
Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies



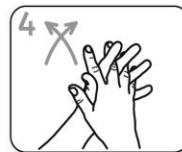
Mójese las manos con agua  
Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos



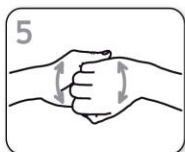
Frótese las palmas de las manos entre sí



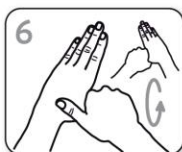
Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa



Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados



Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos

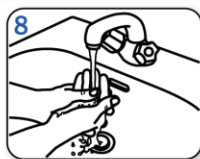


Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa



Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos

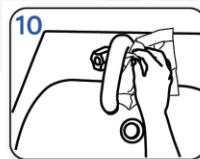
Tener las manos limpias reduce la propagación de enfermedades como COVID-19



Enjuáguese las manos con agua



Séquese con una toalla desechable



Sírvase de la toalla para cerrar el grifo



20-30 sec



Una vez secas, sus manos son seguras



40-60 sec



Sus manos son seguras

## Otras barreras de protección



Uso de mascarillas



Uso de guantes



Uso de protección facial



Uso de gafas



Uso de batas

# Cómo quitarse los elementos de protección personal (EPP)

- Evita la contaminación para ti mismo, los demás y el entorno.
- Quítate primero los elementos más contaminables.

Paso 1



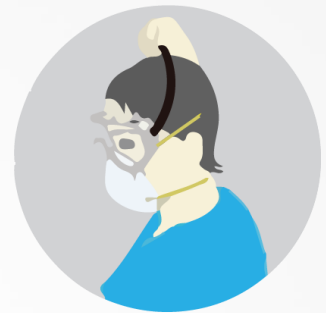
Quítese los guantes y luego la bata.

Paso 2



Higiénese las manos.

Paso 3



Quítese la protección ocular, desde atrás hacia adelante.

Paso 4



Quítese la mascarilla quirúrgica o respirador desde atrás hacia adelante.

Paso 5



Higiénese las manos.

# ¿Cuánto tiempo sobrevive el virus del Covid-19 en las superficies?

Todavía no se sabe cuánto tiempo sobrevive el virus Covid-19 en las superficies, aunque la información preliminar sugiere que el virus puede sobrevivir unas pocas horas.

Los productos desinfectantes pueden matar el virus, eliminando la posibilidad de infección ante el contacto con estas superficies.

## Protege a otros de la enfermedad



Evita el contacto estrecho con otras personas sin protección, especialmente si tienes tos y fiebre.



Evita escupir en público.



Si tienes fiebre, tos y dificultad para respirar, busca atención médica temprana y comparte tu historial de viajes con tu proveedor de salud.

- Fortalece el sistema inmunológico
- Duerma 7 o más horas de sueño al día
- Busque Apoyo psicológico para evitar estados de ansiedad
- Tenga una Alimentación adecuada, de acuerdo con la persona autorizada del club.
- Vacune con la tri o tetravalente (influenza) a todo el personal. Esta medida previene el cuadro de influenza, seguido por un cuadro de coronavirus, lo cual agravaría la situación del afectado y el riesgo de complicaciones.
- Mantenga distanciamiento social (mínimo 2 metros)

## a. Primera Fase

Protocolo de actuación durante los entrenamientos.



# Protocolo de actuación durante los entrenamientos

## Control médico

- El médico llevará un control diario de síntomas del grupo. Es obligatorio tomar la temperatura del jugador al llegar al club, jugadores con más de 37.4 °C no serán admitidos para entrenamientos.
- El médico conocerá el estado físico y de salud de cada jugador. Estudiará las condiciones de riesgo de contagio en su domicilio y, en su caso, los hábitos de vida que deben ser cambiados. El jugador pasa a ser, desde el momento que está en contacto con otras personas, un transmisor potencial.
- Cada médico de delegación dispondrá de un mecanismo de comunicación, a los efectos que los futbolistas puedan comunicar síntomas en cualquier momento.

## Medidas higiénicas recomendables en todas las instalaciones deportivas

### ¿Quiénes pueden asistir?

Se recomienda la menor asistencia de personas a las instalaciones deportivas, y en caso de ser posible insistir en el trabajo a distancia.

También se recomienda, suspender las visitas e impedir la entrada a las instalaciones de terceras personas y evitar asistencia de personas de mayor riesgo. Seguir las recomendaciones del Ministerio de Salud y Ministerio de Trabajo del país.

Recomendamos trabajar con el médico del club para diferenciar estos dos grupos y establecer medidas especiales de protección para cada uno de ellos.

Toda persona que concurra al entrenamiento o partido debe estar en buen estado de salud. Sin presentar ningún síntoma compatible con COVID-19. Así mismo, se sugiere que ante la presencia de cualquier síntoma compatible se consulte al médico del equipo y se abstenga de concurrir a la institución

## Medidas de prevención para ingreso a las instalaciones deportivas:

- La desinfección de las instalaciones deportivas e implementos, antes y después de cada entrenamiento es imprescindible, se recomienda desinfectar con hipoclorito de sodio, en forma de lejía o lavandina. La concentración mínima para desinfección es del 5%.
- Antes del ingreso al predio, se le tomará la temperatura con un termómetro infrarrojo NO podrán ingresar personas con temperatura superior a 37.4°C.
- Deberá lavarse las manos de manera correcta y posteriormente aplicarse alcohol en gel.
- No se permitirá el ingreso sin tapaboca, que debe cubrir el mentón, la boca y la nariz.
- Se deberá mantener la distancia, mientras sea posible, de 2 – 2,5 m entre las personas.
- Las puertas de las instalaciones, en la medida de lo posible, quedarán abiertas para evitar tocar los pomos o aberturas.
- No podrán ingresar a las instalaciones deportivas aquellas personas que se encuentre en aislamiento domiciliario por diagnóstico de COVID-19 o contacto estrecho de caso de COVID-19, ni tampoco quienes tengan síntomas tales como tos, fiebre, dificultad respiratoria, dolor de garganta, dolores musculares, alteraciones del gusto u olfato o quienes pertenezcan a los considerados grupos de riesgo.



## Entrenamiento en Primera Fase

En todos los casos los clubes deberán respetar los Protocolos de su Asociación Miembro, y las normativas del Ministerio de Salud y Ministerio de Trabajo (o similar) para la vuelta a los entrenamientos.

Sin embargo, para la primera fase de entrenamientos, se recomienda:

- Evitar el uso de los vestuarios y el contacto con terceros que se encuentren fuera de su grupo de entrenamiento. Para ello, deberá acudir al entrenamiento con el uniforme correspondiente, y al culminar, volverá a su casa con la misma ropa, sin ducharse.
- La utilería deberá entregar a cada jugador, en una bolsa cerrada, la ropa que será utilizada para los entrenamientos de los días posteriores, y el jugador deberá devolver la ropa sucia en una bolsa debidamente cerrada, para su lavado en el club.
- La ropa sucia se lavará en el club siguiendo el protocolo de lavado a temperatura alta (entre 60 y 90°C) y jabón habitual. El personal de lavandería, en todo momento deberá utilizar los elementos establecidos por las autoridades competentes y que se encuentran en la segunda barrera de protección.
- Disponer del aprovisionamiento de agua, alimentos y material necesarios para el entrenamiento y evitar entradas y salidas innecesarias.
- Se debe asegurar una hidratación correcta, durante y después del entrenamiento. Se recomienda la utilización de botellas individuales de hidratación y no compartir infusiones (mate, terere) y frutas.
- El almacén del material y el material será desinfectado en la medida de lo posible.
- Los médicos, kinesiólogos y masajistas deberán dividirse según los grupos de entrenamiento.
- El personal solo entrará a las áreas de su competencia.
- Una vez finalizado el entrenamiento se desinfectarán las instalaciones y ventilarán todos los edificios.
- A disposición de cada miembro del equipo deberá haber dispensadores con alcohol 70° o geles desinfectantes y abundante jabón en vestuarios y lavabos.

## a. Primera Fase

Recomendaciones de aislamiento y cuidados en el domicilio para las personas con síntomas leves.

## Recomendaciones

Las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS), el Centro de Prevención y Control de Enfermedades de Estados Unidos (CDC) y la Organización Panamericana de la Salud (OPS), establecen “Se suspenderán las precauciones relacionadas con la transmisión (incluido el aislamiento) y se abandonará la ruta asistencial de la COVID-19 cuando:

- Hayan pasado 10 días desde que la prueba (RT-PCR (+) para RNA del SARS-CoV-2) haya dado positiva, más un mínimo de 3 días sin síntomas (ni fiebre, ni síntomas respiratorios, sin haber utilizado fármacos antitérmicos y con evidente mejoría de los otros síntomas.) en el caso de pacientes sintomáticos.
- Hayan pasado 10 días desde que la prueba (RT-PCR (+) para RNA del SARS-CoV-2) haya dado positiva en el caso de los pacientes asintomáticos.

Cabe resaltar que esta directriz será aplicable a la Lista de Delegaciones Oficiales del equipo Local y Visitante (hasta 50 personas) y Oficiales CONMEBOL (delegados, árbitros, médicos, etc.). Esta directriz no será aplicable al personal de Staff y Operaciones ubicados o con acceso a Zona 1 del estadio.

En caso de las Delegaciones Oficiales (de hasta 50 personas) y Oficiales CONMEBOL que se encuentran con esta condición deberán previamente estar autorizados a viajar por las autoridades migratorias (o quien corresponda) del país de destino. El club deberá remitir una nota a CONMEBOL, indicando la condición, debiendo acompañar la primera prueba positiva, la declaración jurada firmada por el médico de equipo que indique que la persona de la Delegación se encuentra en condiciones médicas óptimas para realizar deporte de alta competencia y/o desempeñar sus actividades profesionales, y la nueva prueba; dichos documentos se acompañarán a la solicitud de permiso de autorización de ingreso al país destino, la cual queda bajo criterio de las normas sanitarias del gobierno.

Las pruebas serológicas rápidas no deben usarse para establecer la presencia o ausencia de infección o reinfección por SARS-CoV-2.

## Normas de aislamiento de personas contagiadas o con sospecha de contagio

- Personas con síntomas (paciente) no podrán acudir a entrenamientos y deberán:
  - Comunicar inmediatamente al médico del Club.
  - Cumplir estrictamente el periodo de aislamiento establecido, de acuerdo con la normativa del país correspondiente. Se recomienda, que en la medida de lo posible sea en una habitación privada con buena ventilación.
- Los artículos domésticos (platos, cubiertos, vasos, toallas, etc....) por él utilizados, deberán limpiarse y desinfectarse, después de cada uso, con solución que contenga cloro, y deberán ser de uso exclusivo. La persona que lo asista deberá guardar todas las medidas de seguridad (elementos de protección de la barrera dos) para evitar el contagio.
- El vehículo utilizado por el paciente deberá desinfectarse con una solución que contenga cloro y deberá ventilarse por lo cual recomendamos dejar las ventanas del vehículo abiertas.
- Quien asista al paciente, debe ser una persona sana que no tenga enfermedades preexistentes o de base, o se encuentre dentro de las personas del grupo de riesgo. Los pacientes asintomáticos, deberán consultar con el médico si puede realizar actividad física.
- Se debe guardar cuidado con las toallas y ropas de cama, que deberán ser lavadas a altas temperaturas para su desinfección, y al retirar se recomienda que las mismas no sean sacudidas, para evitar la propagación del virus en el ambiente.

a. Primera Fase  
Pruebas del COVID-19.

## Realización de pruebas del COVID-19

- Para los entrenamientos cada equipo deberá seguir las recomendaciones de las autoridades de sus respectivos países.

## Obligatoriedad de realización de pruebas COVID-19.

1. Para la CONMEBOL LIBERTADORES y CONMEBOL SUDAMERICANA, se deberán realizar las pruebas PCR del COVID-19 (RT-PCR NASOFARINGEO hisopado) todos los miembros de la DELEGACION OFICIAL (en el país de origen), aislando a cualquier miembro de la delegación con sospecha de contagio.
2. Todos los equipos participantes en las competencias oficiales CONMEBOL deberán seguir rigurosamente las recomendaciones publicadas en cuanto a los viajes, desplazamientos y entrenamientos, así como los protocolos sanitarios establecidos por las autoridades de cada país. Las delegaciones deberán consultar los procesos migratorios de entrada a cada país.
3. Todos los miembros de las delegaciones visitantes y locales, deberán realizarse la prueba mencionada, no más que 5 días antes del partido (preferentemente dentro de las 72 horas del mismo).
4. Además de las delegaciones oficiales, todo el personal comprendido en la ZONA 1 del estadio (Árbitros, Oficiales de Partido, Médicos, Oficial Antidopaje, Staff, personal de operación, entre otros) locales o que deban trasladarse desde otros países/ciudades para el encuentro también deberán realizarse la prueba mencionada, no más que 5 días antes del partido (preferentemente dentro de las 72 horas del mismo).



5. Para el viaje y el ingreso a otro país, se deberá llevar el registro de las pruebas realizadas y sus resultados impresos para el caso que la autoridad sanitaria del país de destino lo solicite.
6. Cualquier caso positivo dentro del plantel del equipo, así como de cualquier miembro de la delegación oficial debe ser comunicado de inmediato a la Comisión Médica de CONMEBOL.
7. La Comisión Médica de CONMEBOL estará en contacto directo con el jefe Médico de cada Club, el mismo será responsable de la revisión médica diaria de todo el plantel.
8. Las condiciones de salud de las personas que trabajan en ZONA 2 y 3 del Estadio serán verificadas a través de control de temperatura y entrega previo ingreso del cuestionario de salud bajo coordinación del Responsable de Salud COVID-19, designado por el equipo local.

Para información detallada sobre la zonificación del estadio y la cantidad de personas posicionadas o con acceso a cada una de las zonas, consultar el Protocolo de Operaciones

## Envío de Resultados de Pruebas de COVID

### 1. Delegación Club Visitante:

Los resultados de las pruebas RT-PCR de Covid-19 de los hasta 50 miembros de la delegación oficial deberán ser ingresados a la plataforma habilitada por la Comisión Médica de Conmebol. <http://portalmedico.conmebol.com/> hasta 24hs antes del inicio del viaje al país de disputa del partido.

En caso de ser solicitado también deberán ser enviados al correo [resultados@conmebol.com](mailto:resultados@conmebol.com) hasta 24hs antes del inicio del viaje al país de disputa del partido.

### 2. Delegación Club Local:

Los resultados de las pruebas RT-PCR de Covid-19 de los hasta 50 miembros de la delegación oficial deberán ser ingresados a la plataforma habilitada por la Comisión Médica de Conmebol.

<http://portalmedico.conmebol.com/> hasta 24hs antes del inicio del partido.

En caso de ser solicitado también deberán enviados al correo [resultados@conmebol.com](mailto:resultados@conmebol.com) hasta 24hs antes del inicio del partido.

### 3. Staff Y Operaciones Club Local Con Acceso A Zona 1.

Camilleros, equipo médico, equipo de limpieza, Representante de salud - COVID 19, mantenimiento y gerencia de estadio, pasapelotas, mantenimiento de césped, vigilancia privada y policía beberán ser enviados directamente al correo [resultados@conmebol.com](mailto:resultados@conmebol.com) hasta 24hs antes del inicio del partido.

En ningún caso los test podrán haber sido realizados con más de 5 días de antelación a la fecha del partido



# Actuación según los resultados de la prueba

## Escenario 1.

### Delegación Oficial - Club Local con Caso Positivo



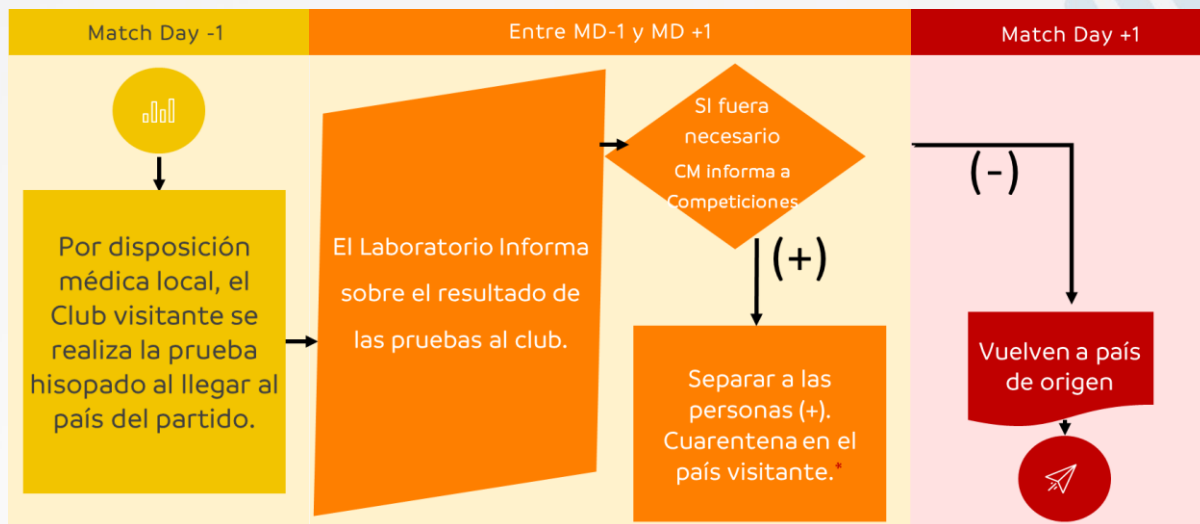
## Escenario 2.

### Delegación Oficial - Club Visitante con Caso Positivo antes del Viaje



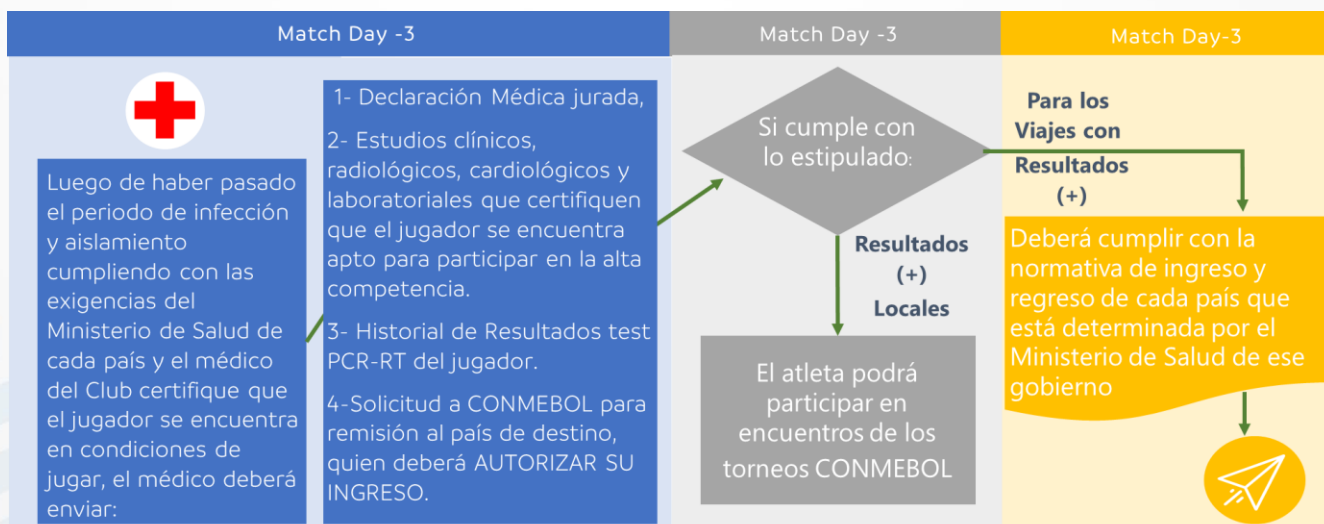
### Escenario 3.

Delegación Oficial - Club Visitante con Caso Positivo durante el Viaje (en caso de que exista una exigencia sanitaria para realización de test al llegar al país visitante).



### Escenario 4.

Retorno a las actividades deportivas para delegación oficial del equipo (hasta 50 personas) y Oficiales de Partido CONMEBOL, posterior al COVID-19. (ASINTOMÁTICOS)



La habilitación de una persona con COVID-19 (+) que ya hayan cursado la enfermedad, para el ingreso a un país visitante dependerá exclusivamente de la autorización del Ministerio de

**b. Segunda Fase**  
**Recomendaciones para viajes.**

# Recomendaciones para viajes.

## Antes de los Viajes.

Se deberá cumplir con el protocolo de pruebas citado precedentemente.

## Desplazamiento al hotel y aeropuertos.

- Antes de subir al bus para ir al aeropuerto, o a los entrenamientos fuera de su país de domicilio, deberá realizarse la misma evaluación médica que las realizadas previas a los entrenamientos / juegos (control clínico del médico del club).
- El vehículo, antes de ser abordado deberá someterse a una escrita desinfección interna, y en el caso que no sea hecha por el personal del club, deberá verificar su realización. La desinfección se realizará de acuerdo con la normativa vigente del país respectivo.
- Todos quienes aborden el vehículo deberán utilizar mascarilla y protector facial.
- A efectos de mantener la distancia dentro del vehículo, se recomienda en los autobuses la utilización de los asientos de ventanilla, dejando el resto de los asientos libres.

## Alojamiento en hotel.

- Si bien la contratación de los hoteles para estadía de los clubes es entera responsabilidad de los clubes visitantes (o que jueguen de local fuera del territorio de su AM), a efectos de seguridad sanitaria se realizan las siguientes recomendaciones:
  - Durante su estadía en el hotel, fuera de la habitación, deberán utilizar protección facial y mascarilla.
  - Las habitaciones deben desinfectarse adecuadamente antes de ser ocupadas, conforme a la normativa administrativa pertinente. (\*)
  - Al llegar al hotel, en caso de ser posible, los atletas deberán tener las habitaciones asignadas e ir directamente a ésta. (\*)
  - Habitaciones singles para todos los integrantes de la delegación.

- Todas las habitaciones en el mismo piso, en la medida de lo posible.
- Evitar:
  - Desplazamientos innecesarios por el hotel y lugares donde podrían haber aglomeraciones, al igual que contacto con personas extrañas a la delegación.
  - El uso de los ascensores, en la medida de lo posible. En caso de su utilización respetar la cantidad máxima autorizada por la autoridad competente, y evite estar de frente con terceros.
  - Servicio de limpieza por parte de personal del hotel. (\*)
- Las comidas
  - Desayuno, almuerzo, merienda y cena deberán ser en áreas aisladas y exclusivas para cada delegación, respetando la distancia con terceros de 2 metros.
  - Se recomienda evitar las comidas buffet. Los clubes deberán seguir las medidas de seguridad establecidas por su cuerpo técnico y nutricional. (\*)

(\*) Solicitamos a los Clubes el estricto control del cumplimiento de las medidas recomendadas.

## Durante los viajes aéreos.

- Desde la llegada al aeropuerto, y durante todo el vuelo los miembros de la delegación deberán permanecer con tapaboca y protección facial.
- Deberán seguir estrictamente las directrices de las autoridades sanitarias aeroportuarias.
- Se recomienda, en la medida de lo posible:
  - Solicitar a las autoridades aeroportuarias embarque aislado, o solicitar prioridad de embarque.
  - Respetar la distancia mínima de 2 metros entre cada persona.
  - Lavados de manos recurrentes.
- Proporcionar a cada miembro de la delegación alcohol en gel (no mayor a 100ml) y/o toallitas con alcohol para su uso durante el vuelo. (tener en cuenta las medidas de seguridad aeroportuarias respecto al uso del alcohol en gel.

**b. Segunda Fase**  
**Recomendaciones para los partidos**  
**oficiales.**



# Instrucciones

## para los partidos oficiales.

- El Club local se encargará de garantizar que todas las medidas operativas e higiénicas entren en vigor en el estadio.
- Cada Club deberá designar e informar a CONMEBOL un responsable de higiene y buenas prácticas COVID-19 para el estadio donde ejercerá la localía.
- El club local deberá desinfectar los vestuarios y demás áreas de trabajo con hipoclorito de sodio, en forma de lejía o lavandina debiendo permitir al club visitante asistir a la desinfección que deberá realizarse hasta 3 horas antes del inicio del partido.
- Dentro del vestuario cada club deberá poner a disposición de su delegación alcohol en gel y líquido para la desinfección de sus efectos personales.

## Disposiciones específicas para la CONMEBOL Libertadores y CONMEBOL Sudamericana 2020.

### Durante el Juego.

- Prohibición para Jugadores y Oficiales de escupir y sudar (sonarse) la nariz antes, durante y después del partido en el área de competición (campo de juego, banco de reservas).
- Prohibición para Jugadores y Oficiales de besar el balón antes, durante y después del partido.
- Obligatoriedad para Jugadores y Oficiales de someterse a controles de temperatura antes del partido.
- Obligatoriedad para Jugadores y Oficiales de usar botellas individuales de agua o bebidas isotónicas.
- Prohibición de intercambiar/regalar camisetas (nuevas/usadas) o cualquier otra parte de la indumentaria con los rivales, compañeros del mismo equipo o cualquier otra persona.

- Prohibido el intercambio de banderines y/o presentes entre jugadores y oficiales.
- En el caso de que se habilite la entrevista al entrenador, el flash interview, y/o conferencia de prensa post partido, se deberá utilizarse mascarilla o protector facial, **excepto** en el caso donde el distanciamiento social de 2mts sea respetado, situación en la que no será necesario la utilización de mascarilla o protector facial solamente en el caso del entrevistado (jugador y entrenador).

## En los Hoteles y Campos de Entrenamientos:

- Se encuentra prohibido que los miembros de la Delegación visitante (tanto jugadores como oficiales) abandonen el hotel y/o campos de entrenamientos a menos que sea en condiciones previamente acordadas y organizadas y no implique entrar en contacto con nadie fuera de su Delegación\*.
- Se encuentra prohibido que los miembros de la Delegación visitante (tanto jugadores como oficiales) reciban visitas de terceras personas en hoteles y/o campos de entrenamientos\*.

(\*) La vulneración de estos párrafos conllevará la imposición de las siguientes sanciones al Jugador y/u Oficial, por la Comisión Disciplinaria de la CONMEBOL:

- Por una primera infracción: multa no inferior a USD 15.000.
- Por una segunda o subsiguiente infracción: multa no inferior a USD 30.000.
- En casos graves los clubes serán objetivamente responsables del comportamiento de sus jugadores y oficiales y se encuentran pasibles de sanciones.

**Todas las instrucciones sobre la operación del partido constarán en el Protocolo de Operaciones, siendo obligatorio su cumplimiento.**



## Bibliografía.

# Bibliografía

- Ammar A, Brach M, Trabelsi K, et al. Effects of COVID-19 Home Confinement on Eating Behaviour and Physical Activity: Results of the ECLB-COVID19 International Online Survey. *Nutrients*. 2020; 12:1583. (Artículo libre en internet)
- Chen P, Mao L, Nassis GP, Harmer P, Ainsworth BE, Li F. Coronavirus disease (COVID-19): The need to maintain regular physical activity while taking precautions. *J Sport Health Sci*. 2020; 9:103-104.
- Hughes D, Saw R, Perera NKP, Mooney M, Walleth A, Cooke J, Coatsworth N, Broderick C.J The Australian Institute of Sport framework for rebooting sport in a COVID-19 environment. *Sci Med Sport*. 2020; 23:639-663. (artículo disponible)
- Kannan S, Shaik Syed Ali P, Sheeza A, Hemalatha K. COVID-19 (Novel Coronavirus 2019) - recent trends. *Eur Rev Med Pharmacol Sci*. 2020; 24:2006-2011.
- Borges do Nascimento IJ, Cacic N, Abdulazeem HM, von Groote TC, et al. Novel Coronavirus Infection (COVID-19) in Humans: A Scoping Review and Meta-Analysis. *J Clin Med*. 2020; 9:941. (Artículo libre en internet)
- Yeo TJ. Sport and exercise during and beyond the COVID-19 pandemic. *Eur J Prev Cardiol*. 2020; 27:1239-1241.
- <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/duration-isolation.html>

## Colaboradores de las Recomendaciones

- Dr. Osvaldo Pangrazio, Presidente de la Comisión Médica de CONMEBOL.
- Francisco Forriol (ESP).
- Daniel Martínez (ARG).
- Donato Villani (ARG).
- Jaime Espinoza (BOL)
- Jorge Pagura (BRA)
- Rodrigo Lasmar (BRA)
- Fernando Yañez (CHI)
- Fernando Radice (CHI)
- Gustavo A. Pineda (COI)
- Carlos Vela (ECU)
- Patricio Maldonado (ECU)
- Ariel Fretes (PAR)
- Luis Mussi (PAR)
- Daniel Pineda (PAR)
- Raúl Huaman (PER)
- Alberto Pan (URU)
- Matilde Miralles (URU)
- Javier Peralta (VEN)
- Juan Carlos Romero (VEN)
- Dr. Sergio Wey.(Bra)



**- CONMEBOL -**

Confederación Sudamericana de Fútbol  
Luque - Paraguay