

COVID-19 RECOMENDACIONES

FEDERACION INTERNACIONAL DE TENIS DE MESA

VERSIÓN 1.0





I N T R O D U C C I Ó N

La pandemia de la COVID-19 ha cambiado nuestras vidas y nuestro deporte drásticamente. Los lugares de entrenamiento y competencia en todo el mundo han permanecido cerrados, y las actividades de nuestro deporte han sido suspendidas. Con vistas al futuro, la ITTF ha desarrollado una hoja de ruta en conformidad con estas pautas para volver a las prácticas regulares de entrenamiento y competencia. Estas pautas pretenden ser recomendaciones para que todos los miembros de la comunidad del tenis de mesa continúen disfrutando y participando en nuestro deporte durante la emergencia de salud global actual, y para volver a disfrutarlo en el futuro.

Las pautas no son legalmente vinculantes, sino que solo sirven como complemento de la orientación y las leyes emitidas por las autoridades locales en todo el mundo en relación con la propagación de COVID-19. Los gobiernos nacionales y locales están constantemente emitiendo y actualizando procedimientos con respecto a restricciones y aperturas graduales de la sociedad, que deben ser debidamente respetadas por todos.

Estamos monitorizando de cerca y evaluando continuamente la situación en relación con la pandemia de la COVID-19. Ser conscientes de la situación actual, seguir las pautas nacionales y ajustar nuestros hábitos en consecuencia nos permitirá continuar practicando nuestro deporte y volver gradualmente a las prácticas regulares de entrenamiento y competición. Al preparar estas pautas, seguimos de cerca los consejos de la Organización Mundial de la Salud (OMS).



P R O P Ó S I T O

La ITTF se compromete a informar puntualmente a la comunidad de tenis de mesa sobre prácticas de seguridad. El objetivo de este documento es guiar y ayudar a los atletas, entrenadores, clubes y Asociaciones Nacionales (ANs) a planificar su regreso a los programas de entrenamiento regulares y desarrollar sus propios planes detallados. Las recomendaciones descritas en este documento no son en absoluto exhaustivas y pueden cambiar a medida que se disponga de nueva información sobre el brote de COVID-19, su prevención y su tratamiento. La ITTF no se hace responsable de cualquier posible infección con el COVID-19 durante las actividades de tenis de mesa.

A L C A N C E

Estas pautas pueden ser aplicadas por cualquier individuo u organización involucrada en el deporte del tenis de mesa a nivel mundial sin limitación:

- Federaciones continentales.
- Asociaciones nacionales.
- Atletas.
- Miembros de la comisión de los atletas.
- Entrenadores.
- Funcionarios.
- Personal administrativo.
- Personal médico.
- Voluntarios.
- Cualquier otra persona u organización involucrada en el tenis de mesa en cualquiera de los roles que abordan estas pautas.

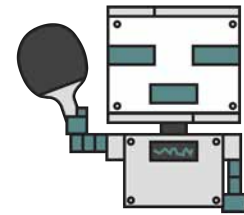
Fases de volver a entrenar y competir

FASE 1 – CIERRE DE EMERGENCIA

Donde las autoridades públicas han introducido medidas de bloqueo para evitar la propagación de COVID-19, las instalaciones de entrenamiento y competición están cerradas debido a los requisitos de las autoridades públicas, y solo se permite el trabajo esencial.

■ ENTRENAMIENTO

- i. Entrenamiento personal en casa – entrenamiento de tenis de mesa para aquellos con mesas y robot en el hogar, entrenamiento físico y entrenamiento mental.
- ii. Los entrenadores en línea están disponibles en las plataformas de reuniones.
- iii. Protocolo común de limpieza del espacio habitable y equipo deportivo - usando desinfectantes, usar equipo de protección personal adecuado (guantes, mascarilla, etc.) para evitar el contacto con superficies contaminadas.
- iv. Solo salga de su casa por trabajo esencial o diligencias y seguir las medidas de prevención de infecciones cuando este en público.



■ COMPETICIONES

Ninguna

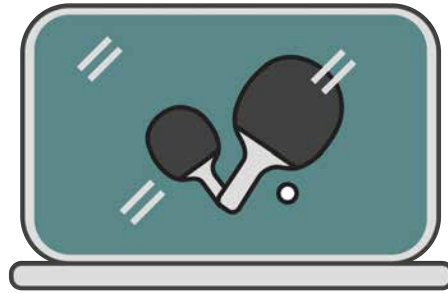
■ OFICINAS

- i. Solo salga de su casa por trabajo esencial y siga las medidas de prevención de infecciones cuando este en público.
- ii. Protocolo de limpieza común en espacios de oficina y equipo de trabajo: usar desinfectantes y equipo de protección personal apropiado (guantes, mascarilla, etc.) para evitar el contacto con superficies contaminadas.
- iii. Mantener la distancia física de los compañeros de trabajo: a unos 2 metros de distancia (6 pies y 5 pulgadas).

■ REUNIONES

En línea

■ MEDIDAS DE SALVAGUARDIA PARA LAS SESIONES EN LÍNEA CON VIDEO



Dado que el entrenamiento y las reuniones en línea se convierten en un elemento necesario del trabajo y la capacitación desde el hogar, deben observarse medidas de protección. Estos deben basarse en políticas de protección ya vigentes y deben adaptarse a un entorno en línea donde se utilizan cámaras web. Los siguientes puntos son los elementos mínimos que deben observarse:

I. Todas las sesiones

- Se debe usar ropa adecuada durante cualquier sesión que se realice a través de un video, incluidos los miembros del hogar en segundo plano.
- El lenguaje debe ser profesional y apropiado, incluidos los miembros del hogar en segundo plano.
- Cualquier computadora utilizada debe estar en áreas apropiadas para la sesión en línea en cuestión y, cuando sea posible, en un contexto neutral.
- Cuando se trata del entrenamiento en línea, las sesiones en vivo deben mantenerse durante un período de tiempo razonable, ya que se no se realizarían en un entorno de capacitación regular.
- Los participantes deben evaluar el riesgo del uso de una cámara web en cualquier situación particular.

II. Medida adicional donde los niños están involucrados.

- Se debe solicitar el consentimiento de los padres antes del evento.
- Se deben evitar las sesiones uno a uno cuando sea posible.
- Las sesiones deben registrarse y almacenarse para su mantenimiento, sujeto al consentimiento de los padres.
- Los entrenadores y los jóvenes deben usar ropa adecuada, como cualquier otra persona en el hogar.



F A S E 2 R E L A J A C I Ó N P A R C I A L D E L B L O Q U E O

Cuando las autoridades públicas han introducido medidas de bloqueo para evitar la propagación de COVID-19, las instalaciones de entrenamiento y competencia permanecen cerradas. Los lugares de trabajo comienzan a abrirse y se pueden permitir recados no esenciales.

■ FORMACIÓN

Medidas según la Fase 1.

■ COMPETICIONES

Ninguna

■ OFICINAS

- i. Cualquier personal que trabaje en una oficina compartida con otras personas no debe haber mostrado signos o síntomas de COVID-19 según lo establecido por la OMS en los últimos 14 días, o según las pautas de las autoridades sanitarias locales antes de regresar al trabajo de oficina.
- ii. Si muestra síntomas de mala salud, el personal debe abstenerse de trabajar desde un espacio de oficina compartido y en su lugar permanecer en casa.
- iii. Protocolo de limpieza común del espacio de oficina y equipo de trabajo: usar desinfectantes, usar equipo de protección personal adecuado (guantes, mascarilla, etc.) para evitar el contacto con superficies contaminadas.
- iv. Mantener la distancia física de los compañeros de trabajo: a unos 2 metros de distancia (6 pies y 5 pulgadas)

■ REUNIONES

En línea y en persona: reuniones en persona para evitar espacios más pequeños y mantener la distancia física recomendada de aproximadamente 2 metros (6 pies 5 pulgadas) entre sí.

F A S E 3 LUGARES DE ENTRENAMIENTOS A B I E R T O S

Cuando las medidas de cierre se han levantado parcialmente, las instalaciones de entrenamiento pueden abrirse para actividades de grupos pequeños; las competiciones permanecen suspendidas y los viajes son limitados. Los lugares de entrenamiento deben mantener un registro de todos los asistentes en el sitio por día para el seguimiento de casos en caso de infección.

■ ENTRENAMIENTOS

Recomendaciones para participar en entrenamientos grupales para atletas, entrenadores y demás personal:

- i. El número exacto de grupos pequeños a los que se permite estar en instalaciones deportivas y de ocio debe basarse en las instrucciones de las autoridades locales, pero, en cualquier caso, limitado; no debe haber sesiones de entrenamiento abiertas sin límite de tiempo o números de participación.
- ii. Siempre que sea posible, se deben ofrecer espacios de entrenamiento separados con medidas de protección mejoradas a las personas que tienen un mayor riesgo de complicaciones en caso de infección.
- iii. El lavado de manos debe ser obligatorio al ingresar y antes de salir del lugar de entrenamiento y se recomienda en todo momento. Si es posible, los desinfectantes para manos deben estar disponibles en todo el lugar de entrenamiento.
- iv. No tocar ni estrechar las manos entre los participantes. Deben observarse las reglas de distanciamiento social.
- v. Se deberá colocar una esterilla desinfectante húmeda en la entrada del lugar para facilitar la desinfección de los zapatos.
- vi. Cada 2 horas, todas las áreas cerradas en las instalaciones (como oficinas, vestuarios, pasillos, etc.) deben ventilarse si es posible. Esto también debe hacerse antes de un cambio de asistentes dentro del lugar.



- vii. Cualquier participante no debe haber mostrado signos o síntomas de COVID-19 según lo establecido por la OMS en los últimos 14 días, o según las pautas de las autoridades sanitarias locales.
- viii. Las personas con un caso documentado de infección por COVID-19 necesitan autorización de un profesional de la salud aprobado para poder participar en los entrenamientos.
- ix. Siempre que sea posible, los participantes deben tratar de estar presentes en el lugar de entrenamiento previsto durante 14 días antes de comenzar el entrenamiento grupal y no viajar mucho en este período, lo que reduce significativamente el riesgo de introducir COVID-19 en el grupo de entrenamiento.
- x. Eliminar el contacto con personas comprometidas. Los signos y síntomas de la COVID-19 pueden variar. Los atletas, entrenadores y el personal no deben estar en contacto cercano con ninguna persona que esté enfermo durante 14 días antes de comenzar el entrenamiento grupal. Esta recomendación reduce el riesgo de introducir el virus en el grupo de entrenamiento por alguien que pueda tenerlo pero que no experimente ningún síntoma.
- xi. Siga las medidas adecuadas de higiene respiratoria. Esto significa:
- Cubrirse la boca y la nariz con el codo o pañuelo doblado cuando tose o estornuda;
 - Deseche el pañuelo usado inmediatamente y lávese las manos.
- xii. Las medidas de distanciamiento social deben mantenerse en la medida de lo posible:
- La distancia entre los participantes debe mantenerse a un mínimo absoluto de 1 m (3 pies) en todo momento según lo recomendado por la OMS, pero se recomienda mantener una distancia física de 2 m (6 pies 5 pulgadas) hasta donde sea posible.
 - Los participantes deben abstenerse de estrechar la mano, abrazarse y tocarse al saludar o celebrar.
 - No habrá entrenamiento de dobles.
 - Entrenamiento de multibolas adaptado:
 - Asegurarse de que solo el entrenador toque las pelotas.
 - El área debe estar asegurada para que las bolas no se mezclen con otras.





- xiii. El campo de juego debe tener un área de al menos 5 mx 12 m (16 pies 5 pulgadas x 39 pies 4 pulgadas), rodeado de vallas separadoras. Se recomienda mantener al menos 2 m (6 pies 5 pulgadas) de espacio entre las canchas y un máximo de dos personas por cancha de tenis de mesa. Los entrenadores pueden estar en las instalaciones, pero deben permanecer fuera de la cancha confinada. Para instalaciones de entrenamiento sin vallas separadoras, los gerentes pueden improvisar la división entre mesas.
- xiv. Los entrenadores deben mantener la distancia física requerida de los participantes durante la práctica y seguir las pautas de las autoridades locales sobre el apropiado Equipo de Protección Individual (EPI).
- xv. Deben aplicarse prácticas continuas de desinfección y prevención (limpieza del equipo, lavarse las manos, usar equipo de protección según lo indique el gobierno local).
- xvi. Elimine el tiempo que no se juega en las instalaciones, incluido el uso de duchas públicas y vestuarios. Prácticas de prevención requeridas en las áreas de baño.
- xvii. Elimine el uso compartido de equipos y observe los siguientes pasos:
- No compartir raquetas. La raqueta es parte del equipo personal del jugador.
 - Las bolas solo deben ser tocadas por una persona en la misma mesa. Por esta razón, las bolas deben estar claramente marcadas, de modo que cada jugador solo sirva con su bola.
 - El uso de robots de tenis de mesa debe ir acompañado de pelotas dedicadas, idealmente con la recolección de pelotas con una red (no a mano), para evitar que varias personas manipulen las pelotas.
 - No respirar cerca de la pelota para conseguir más agarre
 - Limpiar las bolas después de la práctica.
 - No se cambian los lados de la mesa
 - No tocar ni limpiar la mesa con las manos durante la práctica.
 - Al usar un robot de tenis de mesa, cada jugador debe usar su propio juego de pelotas claramente marcadas y ser responsable de la recolección de estas pelotas para evitar que varias personas las toquen.
 - Cada persona debe usar sus propios productos de higiene.

- Deje al menos un intervalo de tiempo de diez minutos para hacer el cambio entre diferentes grupos de entrenamiento y así asegurar un cambio sin contacto.
 - Si las instalaciones no están dedicadas únicamente al tenis de mesa, y las mesas y vallas separadoras deben ser movidas cada vez, se deben designar personas dedicadas para instalar y desarmar equipos móviles. Estas personas deben, como mínimo, practicar técnicas de lavado de manos adecuadas antes y después de tocar el equipo, pero preferiblemente deben usar máscaras faciales y guantes mientras realizan esta tarea.
- xviii. Todos los participantes deben traer su propia botella y refrigerios. El distanciamiento físico deberá mantenerse durante los descansos cortos.
- xix. Siempre que sea posible, los participantes deberán evitar el transporte público camino al lugar de entrenamiento y de regreso a casa.



Recomendaciones adicionales:

- Minimizar los riesgos entre los participantes a través de la desinfección continua como medidas de prevención (lavado frecuente de manos, evitar tocarse la cara, cubrirse la boca al toser, etc.).
- Todos los participantes deben autocontrolarse diariamente para detectar síntomas de COVID-19.
- El participante con síntomas no debe asistir a la práctica y debe notificar a los entrenadores, al personal y a su proveedor de atención médica. Chequeo diario de síntomas.
- Los entrenadores o el personal monitorizan a los atletas en busca de síntomas y eliminan atletas sintomáticos del entrenamiento. EPIs y suministros de prevención deben estar fácilmente disponible (desinfectante de manos, pañuelos faciales, faciales revestimientos, etc.)
- Los entrenamientos deben ser en grupos pequeños en espacios reducidos o espacios grandes para tengan distanciamiento.



■ **COMPETICIONES**

Ninguna

■ **OFICINAS**

Medidas según la Fase 2.

■ **REUNIONES**

Medidas según la Fase 2.

F A S E 4 POSSIBLE ENTRENAMIENTO Y COMPETENCIA POSIBLES

Cuando las medidas de cierre se hayan levantado parcialmente, las instalaciones de entrenamiento pueden abrirse para actividades de grupos pequeños. Las competiciones locales pueden seguir más adelante, ya sea a puerta cerrada o con un número limitado de espectadores. Los lugares de entrenamiento y competencia deben mantener un registro de todos los asistentes en el sitio por día para el seguimiento de casos en caso de infección.

■ FORMACIÓN

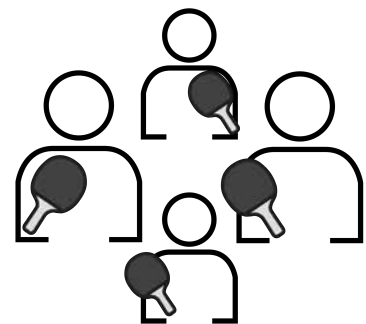
Medidas según la Fase 3.

■ COMPETICIONES

Torneos locales solamente. Sin viajes internacionales de los participantes.

I. Participantes

- Cualquier participante no debe haber mostrado signos o síntomas de COVID-19 según lo establecido por la OMS en los últimos 14 días, o según las pautas de las autoridades sanitarias locales.
- Las personas con un caso documentado de una infección por COVID-19 necesitan autorización de un profesional de la salud aprobado para poder participar en la competencia.
- Aplique prácticas de higiene adecuadas, como lavarse las manos al entrar y antes de salir de las instalaciones de entrenamiento, limpiar equipos y usar productos desinfectantes ampliamente, y siga las instrucciones adicionales de las autoridades sanitarias locales.
- Todos los participantes deben llevar sus propias máscaras faciales y usarlas según lo aconsejado por las autoridades locales y el organizador del evento.
- No tocar ni estrechar las manos entre los participantes. Deben observarse las reglas de distanciamiento social.
- Siga la higiene respiratoria adecuada. Esto significa:
 - Covering your mouth and nose with your bent elbow or tissue when you cough or sneeze;





- Cubrirse la boca y la nariz con el codo o pañuelo doblado cuando tose o estornuda.
- Deseche el pañuelo usado inmediatamente y lávese las manos.
- Donde sea posible, utilice el transporte individual en lugar del viaje grupal.
- Vestuarios para permanecer cerrados; Los participantes deben llegar listos para jugar y partir inmediatamente después si es posible. Se debe evitar o reducir severamente el tiempo en las instalaciones compartidas del lugar de la competencia.
- Calentar en una sala separada de acuerdo con el horario. Tenga en cuenta que el tiempo de calentamiento puede reducirse para acomodar a todos los jugadores mientras se mantienen las medidas de distanciamiento social.
- Aplique prácticas de prevención en áreas compartidas si no se pueden evitar (como los baños), lo que incluye evitar el contacto físico y la aplicación de prácticas de higiene adecuadas.
- No compartir equipos.
- Si las autoridades sanitarias locales lo aconsejan, los árbitros deben usar máscaras y guantes en el lugar.

II. Organizadores y personal

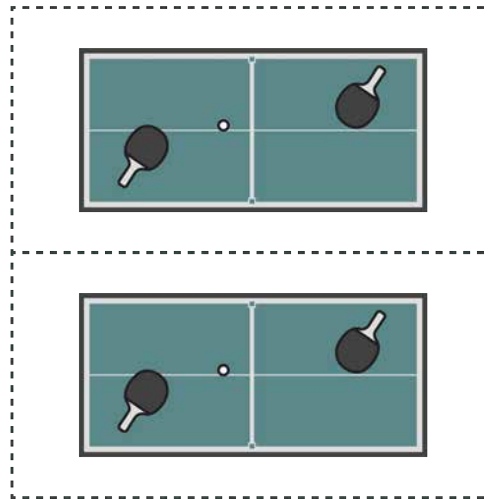
- Garantizar el cumplimiento de todos los consejos y orientaciones emitidos por las autoridades locales.
- Asegúrese de que ninguna persona que haya presentado síntomas de COVID-19 en los últimos 14 días pueda participar o trabajar en la competencia en cuestión, y que cualquier infección previa con COVID-19 haya sido revisada y autorizada por un profesional de la salud.
- Coloque tapetes desinfectantes húmedos en cada entrada del lugar para facilitar la desinfección de los zapatos.
- Cada 2 horas, todas las áreas cerradas en las instalaciones (como oficinas, vestuarios, pasillos, etc.) deben estar ventiladas si es posible. Esto también debe hacerse antes de un cambio de asistentes dentro del lugar.
- Basado en la guía de las autoridades locales, evalúe el riesgo de que los espectadores asistan al evento y decida si jugar a puerta cerrada.
- Si se decide que se permitirá el ingreso de espectadores al lugar, asegúrese de que las medidas de distanciamiento social se puedan mantener de acuerdo con la guía



emitida por las autoridades locales, esto puede significar un número reducido de espectadores.

- No habrá control de la raqueta.
- Siga las pautas establecidas por la AMA (Agencia Mundial Antidopaje) con respecto a los procedimientos antidopaje en el momento del evento.
- Todos los sorteos se realizarán en línea.
- Elección del color de la camisa a realizar antes del partido (en línea).
- Asegúrese de que las medidas de distanciamiento social se puedan mantener en el área de llamada. Esto incluye:
 - Teniendo en cuenta un diseño para garantizar una distancia de 2 m (6 pies 5 pulgadas) puede mantenerse entre individuos.
 - Asegurarse de que todos usen EPIs en forma de mascarillas. Cuando sea permisible, los organizadores deben garantizar un suministro suficiente de máscaras para los participantes.
- Protocolo de partido simplificado:
 - Entra para asegurar el distanciamiento social.
 - Presentaciones en recuadros para seguir las medidas de distanciamiento.
 - Sin apretones de manos.
 - El sorteo de monedas debe ser realizado por el árbitro en el asiento y con los jugadores restantes de lado.
 - No se colocará señal de tiempo de espera en la mesa de juego; solo será indicado por el árbitro y un pequeño cartel colocado en la mesa del árbitro.
 - La regla de toalla podrá ser más relajada.
 - Las toallas no deben usarse para limpiar ninguna superficie, sino solo las manos y la cara.
 - Solo una caja por jugador, sin intercambio entre juegos.
- Asegurar que las medidas de distanciamiento social se puedan mantener en el campo de juego. Esto incluye:
 - Considerar un diseño con menos mesas para garantizar una distancia de al menos 2 m (6 pies 5 pulgadas) entre las canchas de juego.
 - Al tener una caja más grande para garantizar la distancia entre los árbitros, los jugadores y los voluntarios permanecen más de 2 m (6 pies 5 pulgadas) en todo momento.
 - Asegurarse de que la distancia entre los entrenadores y sus jugadores en el campo de juego siempre puede ser de al menos 2 m (6 pies 5 pulgadas); Esto puede significar colocar las sillas más lejos detrás de los alrededores de la cancha.

- No se implementará multibolas.
- Colocar cajas de toallas a una distancia del árbitro que asegure el distanciamiento social en todo momento.
- Proporcione bebidas selladas embotelladas, en lugar de dispensadores de agua públicos / compartidos.



- Proporcione al médico del torneo suficientes EPIs y asegúrese de que estén capacitados en respuesta a COVID-19.
- Proporcione una sala de aislamiento para casos sospechosos de COVID-19 en el sitio.
- Aplique prácticas continuas de desinfección y prevención (limpieza del equipo, lavarse las manos, usar equipo de protección según lo indique el gobierno local).
- Asegúrese de que todo el personal mantenga una distancia de al menos 2 m (6 pies 5 pulgadas) de otras personas.
- Asegúrese de que todo el personal reciba información sobre las prácticas de higiene adecuadas y las apliquen de manera sistemática.
- Proporcione desinfectante para manos en todo el lugar.
- Asegúrese de que las áreas compartidas (baños, control de raquetas, áreas de comidas, etc.) tengan demarcaciones para ayudar a mantener la distancia adecuada de otras personas.



- **Espectadores y medios**

Siga toda la orientación de las autoridades locales con respecto a las medidas de prevención de COVID-19 y cumpla con todas las reglas establecidas por los organizadores del evento en cuestión.

- **OFICINAS**

Medidas según la Fase 2.

- **REUNIONES**

Medidas según la Fase 2.

F A S E 5 RETORNO A LA REGULARIDAD EN LOS ENTRENAMIENTOS Y COMPETENCIAS

Las instalaciones están abiertas y no hay limitaciones en el tamaño del grupo. Lugares de trabajo abiertos. Los lugares de entrenamiento y competencia deben continuar manteniendo un registro de todos los asistentes en el sitio por día para el seguimiento de casos en caso de infección.

■ ENTRENAMIENTOS

- i. Cualquier participante no debe haber mostrado signos o síntomas de COVID-19 según lo establecido por la OMS en los últimos 14 días, o según las pautas de las autoridades sanitarias locales.
- ii. Las personas con un caso documentado de infección por COVID-19 necesitan autorización de un profesional de la salud aprobado para poder participar en el entrenamiento.
- iii. Siempre que sea posible, los participantes deben continuar con el objetivo de estar presentes en el lugar de entrenamiento previsto durante 14 días antes de comenzar los entrenamientos grupales y evitar viajes extensos con fines privados, lo que reduce significativamente el riesgo de introducir COVID-19 en el grupo de entrenamiento.
- iv. Eliminar el contacto con personas sospechosas. Los signos y síntomas de COVID-19 pueden variar. Los atletas, entrenadores y el personal no deben estar en contacto cercano con ninguna persona que haya estado enferma durante 14 días antes de comenzar el entrenamiento grupal. Esta recomendación reduce el riesgo de introducir el virus en el grupo de entrenamiento por alguien que puede tenerlo pero no presente ningún síntoma.
- v. Continuar aplicando prácticas de higiene adecuadas, como lavarse las manos al entrar y antes de salir del centro de entrenamiento, limpiar equipo y el uso extensivo de productos desinfectantes, y siga las pautas adicionales de las autoridades sanitarias locales. Los desinfectantes para manos deberán ser proporcionados en todos los lugares.
- vi. Continúe siguiendo la higiene respiratoria adecuada.



Esto significa:

- Cubrirse la boca y la nariz con el codo o pañuelo doblado cuando tose o estornuda.
 - Deseche el pañuelo usado inmediatamente y lávese las manos.
- vii. Continúe aplicando prácticas de prevención en áreas compartidas (baños, vestuarios, etc.), lo que incluye evitar el contacto físico innecesario y la aplicación de prácticas de higiene adecuadas.
- viii. Continúe desinfectando el equipo antes y después de su uso. Continuar limpiando las Pelotas después de la práctica.
- ix. Cada persona debe usar sus propios productos de higiene. Todos los visitantes de las instalaciones deben lavarse las manos continuamente.

Recomendaciones adicionales::

- Minimizar los riesgos entre los participantes a través de la desinfección continua con medidas de prevención (lavado frecuente de manos, evitar tocarse la cara, cubrirse la boca al toser, etc.).
- Todos los participantes deben autocontrolarse diariamente para detectar síntomas de COVID-19. El participante con síntomas no debe asistir a la práctica y debe notificar a los entrenadores, al personal y a su proveedor de atención médica. Comprobación diaria de síntomas.
- Los entrenadores o el personal monitorizan a los atletas para detectar síntomas y eliminar atletas sintomáticos del entrenamiento. EPIs y suministros de prevención deben estar fácilmente disponible (desinfectante de manos, pañuelos faciales, revestimientos faciales, etc.).
- Entrenamiento grupal regular en cualquier tipo de espacios mientras se observa buenas prácticas de higiene en todo.
- El equipo puede compartirse con desinfección frecuente antes que otra persona lo use. Se anima a cada persona a usar su propia productos de higiene, pero se deben tener rociadores desinfectantes y desinfectantes para manos disponible por el proveedor / lugar de entrenamiento.
- Se puede reanudar la práctica normal de entrenamiento.

■ COMPETENCIA

Se seguirán desarrollando nuevos protocolos para eventos a medida que se conozcan hechos adicionales sobre la prevención de enfermedades y el regreso a grupos más grandes. Las pautas generales se implementarán según sea necesario, además de los requisitos de las autoridades locales. La ITTF y otras autoridades de eventos deben trabajar estrechamente con los Comités Organizadores Locales (LOC) de eventos.

El aumento de las prácticas de higiene y las medidas de prevención de enfermedades deben identificarse y cumplirse en todos los eventos y actividades futuros, incluida la implementación y el fomento de una higiene respiratoria adecuada.

Al regresar a eventos internacionales, todos los asistentes pueden ser obligados a hacerse la prueba 7 días antes de viajar y presentar un certificado médico para su aprobación.

Para un período de transición, las medidas de distanciamiento social establecidas en la Fase 4 pueden necesitar observarse en las siguientes áreas, con medidas adicionales tomadas:

- i. Viajar:
 - Evitar viajar en grupo siempre que sea posible.
 - Para eventos internacionales: si el comité organizador local (COL) proporciona servicios de transporte, todas las personas que aborden el autobús siempre deben usar una máscara. Si es necesario, podrían aplicarse medidas de distanciamiento, con espacio bloqueado entre las personas.
 - Los autobuses deben desinfectarse dos veces al día.
- ii. Hotel, alojamiento y lugar de competencia:
 - Para eventos internacionales, el paquete de hospitalidad oficial proporcionado por el COL no solo debe limitarse a un (1) hotel. Los paquetes de hospitalidad oficiales podrían ser obligatorios si se considera necesario o, de lo contrario, se les podría solicitar a los participantes que no elijan el paquete oficial que registren sus ubicaciones y siempre deben minimizar la socialización con el público.
 - Tomar la temperatura al entrar en el lugar.
 - Los inodoros en el lugar deben limpiarse con alta frecuencia.
- iii. Sistema de competencia: durante el período de transición, los eventos y los sistemas de juego pueden ajustarse según sea necesario.
- iv. Protocolo: el protocolo de coincidencia puede necesitar ser limitado; Es posible que no se implemente el sistema de bolas múltiples.
- v. Área de alimentos.



- Área o sala designada para comidas en el hotel o lugar. Si las comidas se sirven en hoteles, deben separarse del área pública.
 - Los países deben asignar cuadros específicos para garantizar un distanciamiento adecuado.
- vi. Área de competencia:
- Las mesas en el área de llamada se separarán al menos con una distancia de 2 m (6 pies 5 pulgadas) si es posible.
 - Para eventos locales o de clubes, no se permite la selección de pelotas antes del partido.
 - Para eventos internacionales, la selección de pelotas antes del partido está permitida en la condición de que:
 - 1) Se proporciona desinfectante de manos en el área de llamada con los jugadores desinfectando sus manos antes de seleccionar la pelota.
 - 2) Los jugadores usan una máscara durante la selección de la pelota.
- vii. Oficiales / Área acreditación:
- Se deben dejar tres asientos vacíos entre cada individuo, y los asientos de cada dos filas siempre se deben dejar vacíos.
- viii. Área de personal:
- Los asientos en el escritorio técnico siempre deben mantenerse a un mínimo absoluto de 1 m (3 pies) en todo momento según lo aconsejado por la OMS, pero se recomienda mantener una distancia física de 2 m (6 pies 5 pulgadas) siempre que sea posible.
- ix. Área de medios de comunicación:
- Los asientos en la tribuna de medios y el centro de medios siempre deben mantenerse a un mínimo absoluto de 1 m (3 pies) según lo recomendado por la OMS, pero se recomienda mantener una distancia física de 2 m (6 pies 5 pulgadas) siempre que sea posible.
- x. Área antidopaje.

■ OFICINAS

Medidas según la Fase 2.

■ REUNIONES

Medidas según la Fase 2.

F A S E N E C I Ó N 6 P R E V E N C I Ó N

Cuando una cura o vacuna esté disponible para el COVID-19.

- i. COVID-19 vaccination for athletes, coaches and staff; Vacuna del COVID-19 para atletas, entrenadores y personal.
- ii. Educación continua de los miembros de la comunidad de tenis de mesa sobre COVID-19, su prevención e higiene respiratoria adecuada.
- iii. Continuar promoviendo e implementando buenas prácticas de higiene: lavarse las manos con frecuencia, evitar tocarse la cara, cubrirse la boca al toser, etc.
- iv. Desinfección frecuente de equipos antes, durante y después del entrenamiento.

