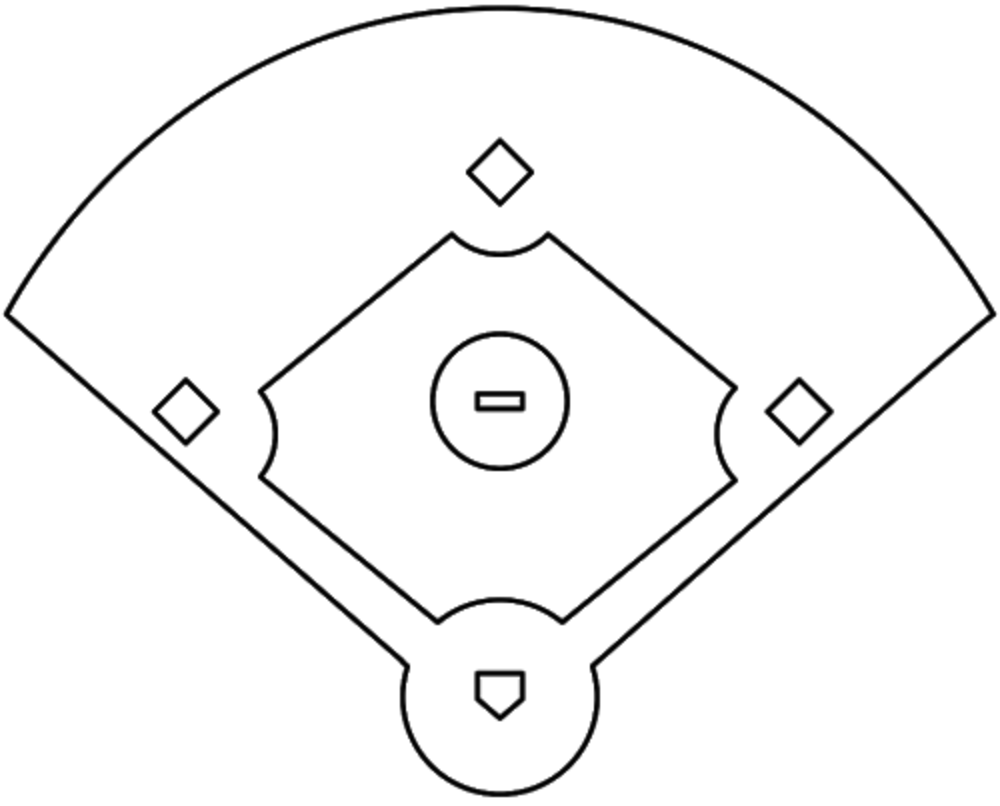
# Béisbol y Sófbol: Guía de buenas prácticas y recomendaciones.



**FEDERACIÓ CATALANA DE BEISBOL I SOFBOL**

www.fcbs.cat

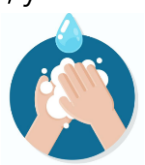
**Federació Catalana de Beisbol i Softbol**

www.fcbs.cat

# Entrenamientos y partidos

## Prácticas de higiene

Todos los jugadores y entrenadores deben practicar buenos hábitos generales de higiene, incluido el mantenimiento de una hidratación adecuada, el consumo de una dieta variada y rica en vitaminas con suficientes verduras y frutas, y dormir lo suficiente.



## Bebidas y comida

Los atletas, entrenadores y árbitros deben traer sus propias bebidas personales a todas las actividades del equipo. Las bebidas deben estar etiquetadas con el nombre de la persona.

Las personas deben llevarse sus propios recipientes de bebidas a casa todas las noches para limpieza y saneamiento o usar botellas de un solo uso.

No se deben compartir bebidas.

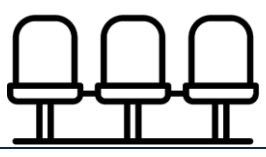
No se debe compartir ninguna comida.

## Banquillos

A los entrenadores y jugadores se les debe asignar lugares en el banquillo o en las gradas para que estén al menos a 2 metros de distancia.

Los jugadores deben permanecer en sus lugares asignados cuando estén en el banquillo o mientras esperan su turno para batear.

Los jugadores y los entrenadores deben usar una mascarilla mientras están en el banquillo.



## Sin saludos ni contacto

Los jugadores y entrenadores deben tomar medidas para evitar el contacto durante la actividad. Esto debe incluir abstenerse de apretones de manos, chocar los puños, celebraciones grupales, etc.

Sugerimos alinearse fuera del banquillo y saludar con las gorras al equipo contrario como señal de buen espíritu deportivo después de un juego.

Los jugadores y las familias deben abandonar el campo / instalación tan pronto como sea razonablemente posible (idealmente en 15 minutos) después de la conclusión de su juego o entrenamiento para minimizar el contacto innecesario con jugadores, entrenadores y espectadores.

## EPI: Equipo de protección individual

Todos los entrenadores, voluntarios, árbitros, etc., deben usar EPI siempre que sea aplicable y posible, como mascarillas y guantes médicos protectores.

Los jugadores deben usar mascarillas cuando estén en áreas de contacto cercano y en lugares donde el distanciamiento social recomendado no sea factible.

Los jugadores no deben usar guantes médicos protectores en el campo durante el juego o entrenamiento.

A los jugadores se les permitirá usar una mascarilla que cubra la cara en el campo durante el juego, si es físicamente capaz de hacerlo.

# Entrenamientos y partidos

## Material

No se deben permitir bolsas de equipo o personales dentro del banquillo. Las bolsas de material y de cada jugador deben ponerse fuera del banquillo para evitar el contacto directo.

Los jugadores deben tener su propio casco, guante, bate y equipo de receptor.

Se deben adoptar medidas para evitar o minimizar el uso compartido de material cuando sea posible

Es posible que algunos individuos no tengan algunos materiales propios (casco, trastos de cátcher, bates, etc.). Cuando sea necesario compartir materiales, todas las superficies de cada pieza de material compartido debe limpiarse primero y luego desinfectarse con un desinfectante aprobado y dejarse secar el tiempo suficiente antes de que un nuevo jugador lo use. Se debe prestar mayor atención a la limpieza detallada de todo el material que contacta directamente con la cabeza y la cara (máscara del receptor, cascos).

El material del jugador (por ejemplo, bolsas, cascos, bates, guantes, etc.) debe limpiarse y desinfectarse después de cada uso por un padre / tutor / cuidador, cuando corresponda.

Se recomienda a las personas que desinfecten el material que usen guantes mientras usan desinfectantes y que sigan las instrucciones de uso del fabricante. Todos los desinfectantes deben almacenarse adecuadamente, en un área segura, fuera del alcance de los niños.

## Pelotas

Las pelotas de béisbol y softbol deben rotarse regularmente, al menos cada dos entradas, para minimizar los contactos.

Los árbitros deben limitar su contacto con la pelota, y los receptores deben recoger las pelotas que tocan el suelo o van de foul ball cuando sea posible.

Las pelotas usadas en el calentamiento deben separarse y guardarse en un contenedor/bolsa de pelotas.

Los jugadores, entrenadores y árbitros participantes deben recuperar las pelotas que caen fuera del campo de juego. Ningún espectador debe recuperar la pelota.

## Escupir pipas u otros productos

Las pipas, chicles u otros productos no deben permitirse en banquillos o en el campo de juego.

Todos los jugadores y entrenadores deben abstenerse de escupir en todo momento, incluso en el banquillo y en el campo de juego.

## Síntomas

Los entrenadores, jugadores y directivos si no se encuentran bien o muestran algún síntoma relacionado con el Covid-19 deben quedarse en casa y avisar al responsable del club.

# Partidos y árbitros

## Reuniones en Home

El distanciamiento social de 2 metros entre las personas debe implementarse durante todas las reuniones en home antes del juego entre equipos y árbitros.

En las reuniones en home solo acudirá el entrenador de cada equipo, y los árbitros del juego.

Todos los participantes deben usar una mascarilla.

Se buscará una forma para digitalizar la entrega de lineups, o en su defecto se realizará con las mayores medidas preventivas posibles.

## Personal

Dentro del terreno durante cada juego, solo deben acceder los entrenadores del equipo, los árbitros y jugadores.

Dentro del terreno durante los entrenamientos solo deben acceder los entrenadores del equipo y jugadores.

Los padres u otros visitantes deben quedarse en las gradas y mantener en todo momento la distancia de seguridad de 2 metros.

## Reuniones anotadores

El distanciamiento social de 2 metros entre las personas debe implementarse durante todas las reuniones con el anotador antes y durante el juego.

En las reuniones con el anotador solo acudirá el entrenador de cada equipo.

Todos los participantes deben usar una mascarilla.

En los espacios del anotador se ha de respetar la distancia de 2 metros entre personas.

Las hojas de anotación se enviarán vía email a la Federación.

## Preparación del campo

Los campos deben cortarse, rastrillarse y prepararse antes de que los equipos y los espectadores lleguen al campo y después de que se vayan.

Se recomienda limpiar cualquier equipo de preparación del campo compartido con limpiador y desinfectante antes y después de cada uso.

## Colocación del árbitro

Se permite que los árbitros se coloquen detrás del montículo. Se recomienda a los árbitros que mantengan una distancia segura de los jugadores tanto como sea posible y que usen guantes protectores.

Si es físicamente capaz, se recomienda a los árbitros a usar mascarilla mientras arbitran.

**Federació Catalana de Beisbol i Softbol**

www.fcbs.cat

# Campos, bares y fans

## Limpieza y desinfección de espacios

Limpie y desinfecte diariamente las superficies que se tocan con frecuencia y entre todos los usos de las instalaciones. Esto incluye mesas, pomos de puertas, interruptores de luz, encimeras, mesas, teléfonos, teclados, equipos de instalaciones, bancos, inodoros, grifos y fregaderos.

## Espectadores

Todos los espectadores deben seguir las prácticas de distanciamiento social: mantenerse a 2 metros de distancia de las personas fuera de su hogar; use mascarilla; Evite el contacto directo con la mano u otro tipo de contacto con jugadores, entrenadores, padres, madres, etc.

Un espectador con cualquiera síntoma relacionado con el Covid-19 no debe asistir a una práctica o juego hasta que sea evaluado por un médico y tenga autorización para hacerlo.

## Lavabos

Se debe implementar una política de "uno dentro uno fuera", donde solo se permite un individuo dentro del baño a la vez, para garantizar un distanciamiento adecuado en el espacio del baño.

Antes y después de cualquier actividad de la liga, los baños deben limpiarse y desinfectarse a fondo. Los baños deben desinfectarse regularmente.

Las fuentes de agua públicas no deben usarse, y deben cerrarse para desalentar el uso, si es posible.

## Calendarios y horarios

Los administradores de la liga deben programar el tiempo suficiente entre prácticas y juegos para facilitar la evacuación completa de la instalación de las personas de una práctica o juego anterior antes de que entre el siguiente grupo.

Los jugadores / familias / espectadores deben presentarse a la hora exacta del entrenamiento o convocatoria de partido.

Siempre que sea posible, las personas deben entrar al complejo por un punto de entrada y salir por otro.

Las llegadas al complejo se pueden programar para ayudar a garantizar que un gran número de personas no lleguen al mismo tiempo.

Si hay un juego o práctica antes de su evento, se recomienda a las familias y los espectadores a permanecer en sus vehículos o en las instalaciones manteniendo las distancias sociales recomendadas hasta el comienzo de su juego para evitar conglomeraciones en los espacios y pasillos.

Asegúrese de que los entrenamientos y los juegos cumplan con todas las directivas locales y estatales con respecto a la cantidad de personas que pueden reunirse en un solo lugar.

## Bares

Se recomienda que los jugadores y espectadores se traigan su propia bebida y comida.

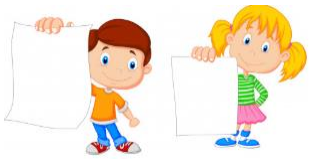
Los bares o restaurantes de las instalaciones deberán seguir las normas estipuladas por la región o país.

# Campos, bares y fans

## Promoción de acciones preventivas

La Federación y clubes deben exhibir carteles y letreros en toda la instalación para recordar con frecuencia a los visitantes que tomen medidas para evitar la propagación de COVID-19. Estos mensajes pueden incluir información sobre:

- Quedarse en casa si está enfermo o no se siente bien, y qué hacer si está enfermo.
- Usar distanciamiento social y mantener al menos 2 metros entre individuos en todas las áreas de la instalación.
- Mantener una higiene adecuada.
- Información sobre como limpiarse las manos, colocarse la mascarilla, etc.

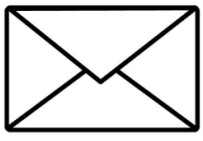


## Comunicaciones

La Federación y clubes deben difundir información a todas las familias, voluntarios y espectadores sobre el riesgo del coronavirus y los esfuerzos que la Federación y su club realizará para mitigar esos riesgos, como se describió anteriormente.

La información debe difundirse por correo electrónico, web de la Federación y de los clubes, redes sociales, charlas con entrenadores, etc.

Es responsabilidad de todos ofrecer actividades lo más seguras posibles para nuestros usuarios. Todos somos responsables. La formación e información son aspectos clave para conseguir ese objetivo.



Descargo de Responsabilidad

**Si bien el consejo dado en estas pautas ha sido desarrollado utilizando la mejor información disponible, se pretende el uso de la misma únicamente como guía para ser utilizada por y a riesgo del usuario. No se acepta responsabilidad hacia la FCBS o por cualquier persona, empresa, corporación u organización que haya estado de alguna manera colaborando con el suministro de información o datos, la compilación, publicación o cualquier traducción, suministro o venta de esta Guía para la exactitud de cualquier información o consejo dado aquí o por cualquier omisión aquí de o de cualquier consecuencia que resulten directamente o indirectamente del cumplimiento o adopción de orientación contenida en el mismo, incluso si es causado por un no ejercer un cuidado razonable.**

**FEDERACIÓ CATALANA DE BEISBOL I SOFBOL**

www.fcbs.cat