



# Unión Santafesina de Rugby

Fundada el 3 de agosto de 1955

Personería Jurídica: Res. Nº 951/70 - Personería Deportiva: Res. Nº 333/94 - Domicilio: Ituzaingó 1345 - Código Postal: 3000 Santa Fe - Tel.-Fax: 0342 4550867 - Correos Electrónicos: [secretaria1@usr.org.ar](mailto:secretaria1@usr.org.ar) - [secretaria@usr.org.ar](mailto:secretaria@usr.org.ar) - Pág. internet: [www.usr.org.ar](http://www usr.org.ar)

---

## PANDEMIA CORONAVIRUS (COVID-19)

### PROTOCOLO DE HIGIENE Y SEGURIDAD PARA ACTIVIDAD DEPORTIVA RUGBY

**UNION SANTAFESINA DE RUGBY**

**UBICACIÓN: ITUZAINGO 1345 - SANTA FE**

**Junio 2020.**



# Unión Santafesina de Rugby

Fundada el 3 de agosto de 1955

Personería Jurídica: Res. Nº 951/70 - Personería Deportiva: Res. Nº 333/94 - Domicilio: Ituzaingó 1345 - Código Postal: 3000 Santa Fe - Tel.-Fax: 0342 4550867 - Correos Electrónicos: [secretaria1@usr.org.ar](mailto:secretaria1@usr.org.ar) - [secretaria@usr.org.ar](mailto:secretaria@usr.org.ar) - Pág. internet: [www.usr.org.ar](http://www usr.org.ar)

## 1. OBJETIVOS

El objetivo es planificar una “Vuelta a las Actividades de acondicionamiento Físico Individual en los clubes de Rugby”, direccionado al **Plantel Superior (PS) y hasta la división M19**, de manera segura ante la pandemia de COVID-19.

Para lograr este objetivo, la USR ha redactado el presente protocolo organizado en dos fases de cumplimiento, que podrán ser modificadas según las decisiones que vayan surgiendo de las autoridades sanitarias Nacionales, Provinciales y Municipales.

Para poder determinar qué actividades se podrían desarrollar, de que características, dentro de que parámetros de tiempos y las posibilidades de lugares a desarrollarlos y principalmente, la coordinación de las distintas divisiones, nuestra intención es lograr minimizar los riesgos de infección, cumplir con las normativas, poder aislar preventivamente el grupo en el supuesto que hubiese un caso positivo o sospechoso.

Una de estas planificaciones es determinar y conocer las distintas fases en la que está viviendo en club y sus integrantes.

## 2. ALCANCE

### FASES – ACTIVIDADES

#### **FASE I: APRESTAMIENTO EN CASA Y CAMINATAS PARA SOCIOS**

- Educación por zoom para jugadores.
- Actividades físicas en casa.
- Mantener los vínculos entre jugadores y Staff.
- Preparar y educar para la próxima fase.
- Caminatas programadas para socios.

#### **FASE II: A.) VUELTA AL CLUB A ACTIVIDADES MÍNIMAS DEL NIVEL SUPERIOR Y M19**



# Unión Santafesina de Rugby

Fundada el 3 de agosto de 1955

Personería Jurídica: Res. Nº 951/70 - Personería Deportiva: Res. Nº 333/94 - Domicilio: Ituzaingó 1345 - Código Postal: 3000 Santa Fe - Tel.-Fax: 0342 4550867 - Correos Electrónicos: [secretaria1@usr.org.ar](mailto:secretaria1@usr.org.ar) - [secretaria@usr.org.ar](mailto:secretaria@usr.org.ar) - Pág. internet: [www.usr.org.ar](http://www usr.org.ar)

- Direccionado al Plantel Superior y M19
- Educación de medidas de higiene y seguridad individuales y colectivas
- Estrategia de charlas y mensajes físicos y digitales de salud pública
- Adaptarse a los nuevos reglamentos de club
- Frecuencia de entrenamiento por semana con horarios prefijados por división o por grupos que NO superen los 10 jugadores.
- Actividades de no contacto, trote, destrezas individuales, ejercicios de gimnasios y físicos.

| FASE II | CATEGORIAS   |                                   |
|---------|--|-----------------------------------|
| A       | Primera<br>Reserva<br>Prereserva<br>M19  | Actual                            |
| B       | Juego Modo<br>Tocata   | Según Evolución de<br>la pandemia |
| C       | Primera<br>Reserva<br>Prereserva<br>M19<br>M17<br>M16<br>M15                   | Según Evolución de<br>la pandemia |
| D       | Primera<br>Reserva<br>Prereserva<br>M19<br>M17<br>M16<br>M15<br>Rugby Infantil | Según Evolución de<br>la pandemia |



# Unión Santafesina de Rugby

Fundada el 3 de agosto de 1955

Personería Jurídica: Res. Nº 951/70 - Personería Deportiva: Res. Nº 333/94 - Domicilio: Ituzaingó 1345 - Código Postal: 3000 Santa Fe - Tel.-Fax: 0342 4550867 - Correos Electrónicos: [secretaria1@usr.org.ar](mailto:secretaria1@usr.org.ar) - [secretaria@usr.org.ar](mailto:secretaria@usr.org.ar) - Pág. internet: [www.usr.org.ar](http://www usr.org.ar)

---

## 3. RECOMENDACIONES PREVENTIVAS GENERALES

### *Previo al ingreso a club/ inicio de las actividades*

- Toda persona que desea ingresar al club deberá exhibir en el control de ingreso (Filtro Sanitario – Desinfección de manos y calzado), identificación personal y Declaración Jurada de Salud que surge del Test de Autodiagnóstico de la aplicación cuidar del día correspondiente a la aplicación COVID-19 de la Provincia de Santa Fe.
- Está prohibido el ingreso de personas mayores de 60 años y grupos de riesgo detallados en la normativa nacional DNU 2020-260-ETN-PTE. Cada asistente a la actividad presencial debe contar con su kit de higiene y cuidado personal (tapaboca o barbijo, solución alcohólica desinfectante 70-30).
- Hasta tanto se dicten nuevas normas, no se permite el uso de transporte público para arribo al club.
- En auto con uso obligatorio de barbijos y previa limpieza y desinfección preventiva del vehículo.
- En moto – solo conductor.
- En bicicleta – solo conductor.
- Al ingreso al establecimiento y previo a toda actividad, la totalidad de las personas debe higienizarse las manos con agua y jabón / alcohol en gel o liquido al 70%. **Ver Anexo Procedimiento de lavado de manos.**
- Teniendo en cuenta que las vías de ingreso del virus son los ojos, nariz y boca se deberá poseer tapabocas y nariz.
- En todo momento del procedimiento de ingreso se debe respetar el distanciamiento de 2 metros entre las personas que esperan para ingresar. **El club es el encargado de llevar a cabo la ejecución de la capacitación a la**



# Unión Santafesina de Rugby

Fundada el 3 de agosto de 1955

Personería Jurídica: Res. Nº 951/70 - Personería Deportiva: Res. Nº 333/94 - Domicilio: Ituzaingó 1345 - Código Postal: 3000 Santa Fe - Tel.-Fax: 0342 4550867 - Correos Electrónicos: [secretaria1@usr.org.ar](mailto:secretaria1@usr.org.ar) - [secretaria@usr.org.ar](mailto:secretaria@usr.org.ar) - Pág. internet: [www.usr.org.ar](http://www usr.org.ar)

**totalidad del cuerpo técnico, colaboradores y jugadores involucrados en el retorno a la actividad sobre las medidas preventivas determinadas en el presente protocolo.**

- Las capacitaciones se llevaran a cabo al aire libre, sobre las consignas preventivas a tener en cuenta sobre los siguientes temas: Higiene Personal y Grupal principalmente y con mayor frecuencia en manos (con agua y jabón durante 30 segundos) y no tocarse ojos, boca y nariz sin dicho aseo. Uso de barbijos. Distancias mínima de 2 metros, Medidas preventivas del presente protocolo.
- Capacitaciones específicas serán desarrolladas para aquellas personas que ejecuten tareas de limpieza y desinfección en las distintas zonas.

## 4. RECOMENDACIONES PREVENTIVAS ESPECÍFICAS

### *Condiciones de zonas/ actuaciones durante la jornada deportiva*

- Cubrirse con el pliegue interno del codo al toser o estornudar.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca dado que estas son las vías de ingreso del virus al cuerpo.
- Se recomienda disponer de un Kit personal de cada jugador (botella de agua, toalla, alcohol en gel o líquido diluido al 70%., etc.).
- No compartir bebidas, mate o utensilios.
- El ingreso al sector de baños debe realizarse de a una persona por vez con un máximo de 3 (tres) al mismo tiempo siempre y cuando se respete el distanciamiento social y obligatorio, caso contrario de una persona a la vez. Realizar la higiene de manos correspondiente al ingresar y salir del mismo por 20 segundos. **Ver Anexo Procedimiento de lavado de manos.**



# Unión Santafesina de Rugby

Fundada el 3 de agosto de 1955

Personería Jurídica: Res. Nº 951/70 - Personería Deportiva: Res. Nº 333/94 - Domicilio: Ituzaingó 1345 - Código Postal: 3000 Santa Fe - Tel.-Fax: 0342 4550867 - Correos Electrónicos: [secretaria1@usr.org.ar](mailto:secretaria1@usr.org.ar) - [secretaria@usr.org.ar](mailto:secretaria@usr.org.ar) - Pág. internet: [www.usr.org.ar](http://www.usr.org.ar)

- Los elementos deportivos que se utilicen deberán ser desinfectados. El entrenador o la persona designada realizará una desinfección exhaustiva con solución de hipoclorito de sodio al 0,1%, cada vez que se use los elementos y sea devuelta y previo a la guarda definitiva. **Ver Anexo Procedimientos de Limpieza y Desinfección.**
- Los elementos deportivos se entregarán en forma particular para cada entrenador, evitándose compartir los mismos.
- Se destinará un lugar apartado para el acopio de los elementos deportivos que no han sido desinfectados y un sitio para desinfección. Una vez desinfectadas los elementos podrán ser acopiadas en el lugar destinado para retiro.
- Se deberá designar a una persona o cuadrilla responsable de la limpieza y desinfección de las áreas comunes del club, como los sanitarios. La persona designada será provista y utilizará, guantes de goma o descartables, barbijo y protección ocular. Se registrarán las acciones de limpieza y desinfección de sectores y elementos deportivos. **Ver Anexo Procedimientos de Limpieza y Desinfección**
- Se contará con alcohol en gel o solución líquida 70-30 en diferentes sectores, así como jabón en los sanitarios para el lavado de manos.
- Se proveerá a todo el personal el agua necesaria para poder llevar a cabo las medidas de desinfección.
- Al finalizar el turno de las actividades se deberá higienizar el puesto de entrenamiento, con los elementos adecuados.
- Al momento de dejar la club deberá lavar sus manos con agua y jabón/ o alcohol en gel y dirigirse, con la distancia correspondiente, al transporte (auto, motocicleta, bicicleta), adoptando las mismas medidas de movilización determinadas.



# Unión Santafesina de Rugby

Fundada el 3 de agosto de 1955

Personería Jurídica: Res. Nº 951/70 - Personería Deportiva: Res. Nº 333/94 - Domicilio: Ituzaingó 1345 - Código Postal: 3000 Santa Fe - Tel.-Fax: 0342 4550867 - Correos Electrónicos: [secretaria1@usr.org.ar](mailto:secretaria1@usr.org.ar) - [secretaria@usr.org.ar](mailto:secretaria@usr.org.ar) - Pág. internet: [www.usr.org.ar](http://www.usr.org.ar)

- Se colocará señalética de preventiva de cuidados y síntomas. **Ver Anexo Señalética.**
- Al regresar a su hogar se recomienda a cada persona desinfectar sus zapatos, el lavado de ropa de entrenamiento y tomar una ducha.
- Descarga y uso de la aplicación **COVID-19 de la Provincia de Santa Fe**

## 5. HABILITACIÓN Y DISTRIBUCIÓN DE ESPACIOS

El listado de los espacios es el siguiente: **HABILITADO= OK**    **NO HABILITADO= X**

|    |                                       |    |                              |
|----|---------------------------------------|----|------------------------------|
| OK | ENTRADA - PÓRTICO -<br>ADMINISTRACION | X  | TRIBUNAS                     |
| X  | VESTUARIOS                            | X  | CANTINA                      |
| OK | BAÑOS                                 | X  | LOCAL DE ROPA                |
| X  | SALON O QUINCHO<br>CERRADO            | OK | GIMNASIO - PLAYÓN<br>ABIERTO |
| X  | SALON O QUINCHO<br>ABIERTO            | OK | CANCHA                       |
| X  | FOGÓN O ASADORES                      | OK | CANCHA                       |
| X  | SALÓN PRINCIPAL                       | OK | CANCHA                       |
| X  | COCINA                                |    |                              |
| X  | DORMITORIOS                           |    |                              |

- Es solo para realizar actividad física, sin elementos y sin ningún tipo de contacto físico. Debe realizarse en el horario de 7 a 19hs con un máximo de tiempo de la actividad total de 45'
- La distribución de las actividades estarán comprendidas en todas las canchas que posee la institución, incluye el gimnasio y playón.



# Unión Santafesina de Rugby

Fundada el 3 de agosto de 1955

Personería Jurídica: Res. Nº 951/70 - Personería Deportiva: Res. Nº 333/94 - Domicilio: Ituzaingó 1345 - Código Postal: 3000 Santa Fe - Tel.-Fax: 0342 4550867 - Correos Electrónicos: [secretaria1@usr.org.ar](mailto:secretaria1@usr.org.ar) - [secretaria@usr.org.ar](mailto:secretaria@usr.org.ar) - Pág. internet: [www.usr.org.ar](http://www.usr.org.ar)

- Las circulaciones estaran controladas y delimitadas.
- En las circulaciones se deberá llevar barbijo y respetar el distanciamiento social.
- Está prohibido reuniones en las circulaciones. Las mismas son para llegar al lugar destinado para la actividad
- Se deberá asegurar que no habrá superposición de grupos de actividades
- Entre grupo y grupo deberá haber un mínimo de 15 minutos de diferencia
- Las circulaciones serán señalizadas y poseerán cartelera de información
- Se deberá anexar planimetría de circulaciones y aéreas habilitadas y no habilitadas.

## 6. PLAN DE CONTINGENCIA.

Objetivo primordial es poder detectar, previo al ingreso al Club, aquellas personas con posibles síntomas de infección. Está destinado a toda persona que aspire al ingreso a las instalaciones del club (jugadores, entrenadores, colaboradores, proveedores, personal operativo, dirigencia, etc.).

Los responsables deberán:

- Brindar los recursos necesarios para el cumplimiento de los requerimientos indicados en el presente documento y mantenerlos durante la situación de emergencia.
- Es responsabilidad de toda persona cumplir y hacer cumplir el presente procedimiento

Si alguna de las personas habilitadas para concurrir al club:

- Presenta síntomas (fiebre y tos, dolor de garganta, falta de aire)

**Debe llamar de forma URGENTE al 0800 555 6549.**



# Unión Santafesina de Rugby

Fundada el 3 de agosto de 1955

Personería Jurídica: Res. Nº 951/70 - Personería Deportiva: Res. Nº 333/94 - Domicilio: Ituzaingó 1345 - Código Postal: 3000 Santa Fe - Tel.-Fax: 0342 4550867 - Correos Electrónicos: [secretaria1@usr.org.ar](mailto:secretaria1@usr.org.ar) - [secretaria@usr.org.ar](mailto:secretaria@usr.org.ar) - Pág. internet: [www.usr.org.ar](http://www.usr.org.ar)

Si alguna de las personas habilitadas para concurrir al club:

- Ha viajado internacionalmente en los últimos 14 días
- Haya tenido contacto estrecho con un caso confirmado o una persona bajo investigación por COVID-19
- Haya viajado a provincias donde posean circulación del virus
- Haya tenido contacto con personas que vengan de otras provincias

Debe quedarse en su domicilio, informar a su entrenador y auto-aislarse en su domicilio durante dos semanas (14 días). Una vez transcurridos debe presentar certificado médico habilitante.

Si se tienen dudas, tomarse la temperatura y si es superior a 37,5°C quedarse en casa, abstenerse de ir al club. Informar al entrenador según lo definido en el punto anterior. Consultar a los efectores de salud.

Ante una situación de ser caso confirmado o sospechoso (investigado) de COVID-19, debe **abstenerse de asistir al club** hasta que se confirmen resultados negativos o hasta que las autoridades sanitarias den por resuelta la infección, según el caso.





# Unión Santafesina de Rugby

Fundada el 3 de agosto de 1955

Personería Jurídica: Res. Nº 951/70 - Personería Deportiva: Res. Nº 333/94 - Domicilio: Ituzaingó 1345 - Código Postal: 3000 Santa Fe - Tel.-Fax: 0342 4550867 - Correos Electrónicos: [secretaria1@usr.org.ar](mailto:secretaria1@usr.org.ar) - [secretaria@usr.org.ar](mailto:secretaria@usr.org.ar) - Pág. internet: [www.usr.org.ar](http://www.usr.org.ar)

---

## 7. ANEXOS

### PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN.

Las superficies de alto contacto con las manos o superficies “altamente tocadas”, deben ser limpiadas y desinfectadas con mayor frecuencia que las superficies que tienen mínimo contacto con las manos o “poco tocadas”.

- La higiene de espacios físicos requiere friccionar las superficies para remover la suciedad y los microorganismos presentes, necesitando un proceso de desinfección exclusivamente en aquellas zonas que tomaron contacto con manos del personal.
- Previo a todo proceso de desinfección, es necesaria la limpieza exhaustiva.
- La limpieza debe ser húmeda, se prohíbe el uso de plumeros o elementos que movilicen el polvo ambiental. No se utilizará métodos en seco para eliminar el polvo.
- Las soluciones de detergentes y los agentes de desinfección como hipoclorito de sodio (lavandina) deben prepararse inmediatamente antes de ser usados.
- No se debe mezclar detergente u otros agentes químicos con hipoclorito de sodio (lavandina), ya que se podrían generar vapores tóxicos, irritantes para la vía respiratoria, entre otros efectos y se inactiva la acción microbicida.
- La limpieza del área deberá comenzarse desde la zona más limpia concluyendo por la más sucia. Siguiendo el siguiente orden:
  1. Proceso de limpieza y desinfección de superficies “poco tocadas”
  2. Pisos, zócalos, Paredes en general
  3. Puertas, Ventanas y Vidrios



# Unión Santafesina de Rugby

Fundada el 3 de agosto de 1955

Personería Jurídica: Res. Nº 951/70 - Personería Deportiva: Res. Nº 333/94 - Domicilio: Ituzaingó 1345 - Código Postal: 3000 Santa Fe - Tel.-Fax: 0342 4550867 - Correos Electrónicos: [secretaria1@usr.org.ar](mailto:secretaria1@usr.org.ar) - [secretaria@usr.org.ar](mailto:secretaria@usr.org.ar) - Pág. internet: [www.usr.org.ar](http://www.usr.org.ar)

4. Proceso de limpieza y desinfección de superficies “altamente tocadas”
5. Artefactos (inodoros, lavatorios, otros) y cerámicos del baño
6. Picaportes Llaves de luz

## PREPARACIÓN DE SOLUCIONES DESINFECTANTES

1- Limpieza con detergente: prepare una solución con cantidad de detergente de uso doméstico suficiente para producir espuma y agua tibia, en un recipiente de volumen adecuado.

2- Sumerja un paño en la solución preparada, escurra y friccione las superficies a limpiar, en una sola dirección desde arriba hacia abajo, o de lado a lado, sin retroceder. Siempre desde la zona más limpia a la más sucia.

3- Descarte la solución de detergente.

4- Reemplace por agua limpia.

5- Enjuague el paño, embéballo en agua limpia y enjuague la superficie.

6- Limpieza y Desinfección con hipoclorito de sodio (lavandina). Para realizar la desinfección prepare solución de hipoclorito de sodio 0,1 % (1000 ppm), embeba el paño y páselo por la superficie a desinfectar. Pase el paño embebido por toda la superficie a desinfectar.

7- Finalizada alguna de estas técnicas de limpieza/desinfección: Lave los baldes, guantes, paños y trapos de piso. Coloque baldes boca abajo para que escurran el líquido residual y extienda los trapos de piso y paños para que se sequen. Seque los guantes o déjelos escurrir. Lávese las manos con agua y jabón común.



# Unión Santafesina de Rugby

Fundada el 3 de agosto de 1955

Personería Jurídica: Res. Nº 951/70 - Personería Deportiva: Res. Nº 333/94 - Domicilio: Ituzaingó 1345 - Código Postal: 3000 Santa Fe - Tel.-Fax: 0342 4550867 - Correos Electrónicos: [secretaria1@usr.org.ar](mailto:secretaria1@usr.org.ar) - [secretaria@usr.org.ar](mailto:secretaria@usr.org.ar) - Pág. internet: [www.usr.org.ar](http://www.usr.org.ar)

8. Solución de alcohol étílico 70-30. En un recipiente coloque 700 ml de alcohol medicinal y agréguele 300 ml de agua, para preparar 1 litro de solución alcohólica 70-30.

|   |  |
|---|--|
| <p><b>Solución de hipoclorito de sodio de 0,1% (1000 ppm)</b></p> <p>200 ml<br/>1 vaso chico</p> <p>10 litros de agua</p> | <p><b>Solución de alcohol 70-30</b></p> <p>700 ml alcohol medicinal 96°</p> <p>300 ml de agua</p> <p>1 litro de solución alcohol 70-30</p> |
|---|--|



# Unión Santafesina de Rugby

Fundada el 3 de agosto de 1955

Personería Jurídica: Res. Nº 951/70 - Personería Deportiva: Res. Nº 333/94 - Domicilio: Ituzaingó 1345 - Código Postal: 3000 Santa Fe - Tel.-Fax: 0342 4550867 - Correos Electrónicos: [secretaria1@usr.org.ar](mailto:secretaria1@usr.org.ar) - [secretaria@usr.org.ar](mailto:secretaria@usr.org.ar) - Pág. internet: [www.usr.org.ar](http://www usr.org.ar)

---

## PROCEDIMIENTO DE LAVADO DE MANOS

Utilización de alcohol en gel / líquido al 70%



# Unión Santafesina de Rugby

Fundada el 3 de agosto de 1955



Personería Jurídica: Res. Nº 951/70 - Personería Deportiva: Res. Nº 333/94 - Domicilio: Ituzaingó 1345 - Código Postal: 3000 Santa Fe - Tel.-Fax: 0342 4550867 - Correos Electrónicos: [secretaria1@usr.org.ar](mailto:secretaria1@usr.org.ar) - [secretaria@usr.org.ar](mailto:secretaria@usr.org.ar) - Pág. internet: [www.usr.org.ar](http://www.usr.org.ar)

|  |   |  |
|--|---|--|
|  |   |  |
| <p><b>1a</b></p> <p>Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;</p>                | <p><b>1b</b></p>  | <p><b>2</b></p> <p>Frótese las palmas de las manos entre sí;</p>   |
|  |   |  |
| <p><b>3</b></p> <p>Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;</p>        | <p><b>4</b></p> <p>Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;</p>  | <p><b>5</b></p> <p>Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;</p> |
|  |   |  |
| <p><b>6</b></p> <p>Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;</p> | <p><b>7</b></p> <p>Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;</p> | <p><b>8</b></p> <p>Una vez secas, sus manos son seguras.</p>   |
| <p><b>Crédito: OMS</b></p>   |   |  |



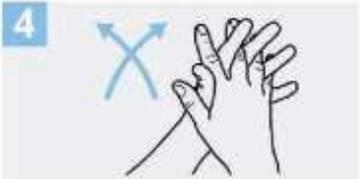
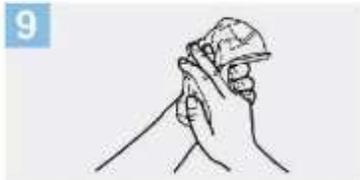
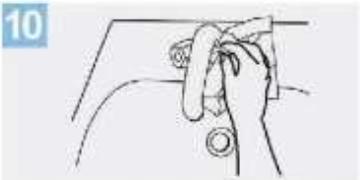
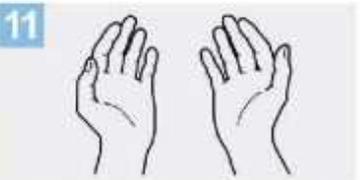
# Unión Santafesina de Rugby

Fundada el 3 de agosto de 1955



Personería Jurídica: Res. Nº 951/70 - Personería Deportiva: Res. Nº 333/94 - Domicilio: Ituzaingó 1345 - Código Postal: 3000 Santa Fe - Tel.-Fax: 0342 4550867 - Correos Electrónicos: [secretaria1@usr.org.ar](mailto:secretaria1@usr.org.ar) - [secretaria@usr.org.ar](mailto:secretaria@usr.org.ar) - Pág. internet: [www.usr.org.ar](http://www.usr.org.ar)

## Procedimiento utilizando agua y jabón

|  |   |  |
|--|---|--|
|  <p><b>0</b></p>                          |  <p><b>1</b></p>  |  <p><b>2</b></p>      |
| <p>Mójese las manos con agua;</p>  | <p>Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;</p>                       | <p>Frótese las palmas de las manos entre sí;</p>   |
|  <p><b>3</b></p>                         |  <p><b>4</b></p>   |  <p><b>5</b></p>     |
| <p>Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;</p>        | <p>Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;</p>  | <p>Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;</p> |
|  <p><b>6</b></p>                        |  <p><b>7</b></p>  |  <p><b>8</b></p>    |
| <p>Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;</p> | <p>Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;</p> | <p>Enjuáguese las manos con agua;</p>  |
|  <p><b>9</b></p>                        |  <p><b>10</b></p>   |  <p><b>11</b></p>   |
| <p>Séquese con una toalla desechable;</p>  | <p>Sírvase de la toalla para cerrar el grifo;</p>   | <p>Sus manos son seguras.</p>  |



# Unión Santafesina de Rugby

Fundada el 3 de agosto de 1955

Personería Jurídica: Res. Nº 951/70 - Personería Deportiva: Res. Nº 333/94 - Domicilio: Ituzaingó 1345 - Código Postal: 3000 Santa Fe - Tel.-Fax: 0342 4550867 - Correos Electrónicos: [secretaria1@usr.org.ar](mailto:secretaria1@usr.org.ar) - [secretaria@usr.org.ar](mailto:secretaria@usr.org.ar) - Pág. internet: [www.usr.org.ar](http://www.usr.org.ar)

## Señalética de Síntomas y Cuidados

nuevo  
**Coronavirus** COVID-19  
**saber para prevenir**

Produce una enfermedad respiratoria leve que solo en algunos casos puede complicarse (principalmente en personas mayores). Se transmite por vía respiratoria cuando el contacto es estrecho o por contacto con superficies contaminadas.

| cuidados   | síntomas  |
|--|---|
|  Lavarse las manos con jabón regularmente             |  Fiebre y tos                        |
|  Estornudar en el pliegue del codo                   |  Fiebre y dolor de garganta         |
|  No llevarse las manos a los ojos y la nariz        |  Fiebre y dificultad para respirar |
|  Ventilar los ambientes                             |   |
|  Desinfectar los objetos que se usan con frecuencia |   |

Si tenés alguno de estos síntomas y estuviste en algún país de circulación del virus o en contacto con algún caso confirmado **no te automediques y consultá inmediatamente al sistema de salud.**

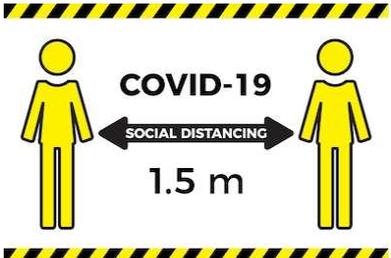
Para quienes regresan de países afectados, se sugiere permanecer en el domicilio y no concurrir a lugares públicos como ámbitos educativos, laborales, recreativos, deportivos o sociales durante 14 días.

Argentina unida  Ministerio de Salud Argentina [+info argentina.gob.ar/salud/coronavirus](http://info.argentina.gob.ar/salud/coronavirus)  
☎ 0800 222 1002

### DISTANCIAMIENTO

Evite el contacto directo con otras personas, como por ejemplo darse las manos.

Mantenga una distancia segura de al menos 1,5 metros





# Unión Santafesina de Rugby

Fundada el 3 de agosto de 1955

Personería Jurídica: Res. Nº 951/70 - Personería Deportiva: Res. Nº 333/94 - Domicilio: Ituzaingó 1345 - Código Postal: 3000 Santa Fe - Tel.-Fax: 0342 4550867 - Correos Electrónicos: [secretaria1@usr.org.ar](mailto:secretaria1@usr.org.ar) - [secretaria@usr.org.ar](mailto:secretaria@usr.org.ar) - Pág. internet: [www.usr.org.ar](http://www usr.org.ar)

## Declaración Jurada

[https://aswe.santafe.gov.ar/formulario\\_excepcion\\_covid19](https://aswe.santafe.gov.ar/formulario_excepcion_covid19)

### DECLARACIÓN JURADA

DNU N° 297/2020 - AISLAMIENTO SOCIAL PREVENTIVO Y OBLIGATORIO  
Anexo resolución 41/20

|                      |                      |
|----------------------|----------------------|
| Nombre:              | <input type="text"/> |
| Apellido:            | <input type="text"/> |
| DNI:                 | <input type="text"/> |
| Lugar de residencia: | <input type="text"/> |
| Teléfono celular:    | <input type="text"/> |

|   |  |
|---|--|
| Empresa donde trabaja (Domicilio, Teléfono):  | <input type="text"/>   |
| ¿Ha viajado al exterior en los últimos 14 días?   | Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>                                    |
| Dónde:  | <input type="text"/>   |
| ¿Ha estado en contacto con viajeros?  | Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>                                    |
| Cuando:   | <input type="text"/>   |
| ¿Actualmente usted presenta alguno de estos síntomas?   |  |
| Fiebre: Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>                                 | Problemas para respirar: Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>           |
| Tos: Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>                                    | Ha perdido el gusto y/o el olfato: Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/> |
| Dolor de Garganta: Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>                      | Ha tenido manchas en su cuerpo: Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>    |
|   | Síntomas gastrointestinales: Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>       |
| ¿En su familia hubo personas que han tenido algunos de estos síntomas en estos últimos 14 días? | Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>                                    |

Dirección APP CUIDAR y COVID-19 Provincia de Santa Fe:

[https://play.google.com/store/apps/details?id=ar.gob.coronavirus&hl=es\\_AR](https://play.google.com/store/apps/details?id=ar.gob.coronavirus&hl=es_AR)

[https://play.google.com/store/apps/details?id=ar.gov.santafe.mobile.coronavirusapp&hl=es\\_AR](https://play.google.com/store/apps/details?id=ar.gov.santafe.mobile.coronavirusapp&hl=es_AR)





# Unión Santafesina de Rugby

Fundada el 3 de agosto de 1955

Personería Jurídica: Res. Nº 951/70 - Personería Deportiva: Res. Nº 333/94 - Domicilio: Ituzaingó 1345 - Código Postal: 3000 Santa Fe - Tel.-Fax: 0342 4550867 - Correos Electrónicos: [secretaria1@usr.org.ar](mailto:secretaria1@usr.org.ar) - [secretaria@usr.org.ar](mailto:secretaria@usr.org.ar) - Pág. internet: [www.usr.org.ar](http://www usr.org.ar)

## CLUBES AFILIADOS A LA USR

| Localidad   | Club                            |
|-------------|---------------------------------|
| Calchaqui   | Soc. de Football Club Calchaqui |
| Ceres       | Ceres Rugby Club                |
| Coronda     | Coronda Rugby Club              |
| Esperanza   | Alma Jrs                        |
| Gálvez      | Jorge Newbery                   |
| Rafaela     | CRAr                            |
| Reconquista | Atlético Adelante               |
| San Carlos  | San Carlos Rugby                |
| San Jorge   | Atlético San Jorge              |
| San Justo   | San Justo Rugby                 |
| San Vicente | Atlético Brown                  |
| Santa Fe    | Atlético Unión SF               |
|             | La Salle                        |
|             | Querandi                        |
|             | Universitario SF                |
| Santo Tome  | Cha Roga Club                   |
|             | CRAI                            |
| Sauce Viejo | Santa Fe Rugby Club             |
| Sunchales   | Unión de Sunchales              |
| Tostado     | Atlético Tostado                |