

IND elaboró plan para reiniciar las actividades deportivas

La directora del Departamento Médico del Instituto Nacional de Deportes, Ninoska Clocier, anunció este viernes una serie de medidas que permitirán la reincorporación a las actividades deportivas.

Indicó que en los próximos días el Ministerio para la Juventud y Deporte le planteará la propuesta del Plan Nacional de Retorno Deportivo Vigilado a la Comisión presidencial contra el covid-19.

Clocier señaló que el plan fue compuesto con base en una investigación que tomó en cuenta los protocolos internacionales de la Organización Mundial de la Salud, el Comité Olímpico Internacional, y las federaciones deportivas internacionales y nacionales, que permiten ofrecer orientaciones fisiológicas para el regreso a los entrenamientos.

“Los más importante en esta etapa es la salud de nuestros atletas”, aseguró.

Indicó que hay dos aspectos clave que se deberán tomar en cuenta: el desentrenamiento y la transmisión del coronavirus.

“El desacondicionamiento físico y la disminución progresiva de las cargas, así como sus efectos psicológicos en el atleta evidencian que no pueden reincorporarse de forma brusca a las actividades deportivas. Por otro lado, el hecho de que este virus se transmite vía aérea, es sumamente importante tomar en consideración la ventilación del recinto donde practique deporte la persona. Este es un

aspecto clave en la prevención del virus”, manifestó.

Pilares fundamentales

La propuesta médica para el retorno deportivo vigilado gira en torno a cuatro pilares fundamentales:

Control médico sistemático. Deberán cumplir con las normas preventivas tales como realización de despistajes seriados, atención médica y nutricional al atleta, y apoyo psicológico vía online. Así como el recibimiento de los atletas en aeropuertos y terminales, asesoría y coordinación con los planificadores para el retorno a los entrenamientos.

Concentraciones e ingreso a las instalaciones. Todos tendrán que someterse a pruebas PCR y anticuerpos para corroborar el estado de las personas, circuito médico para el atleta e indicaciones, según cada caso, para la reincorporación progresiva a los entrenamientos.

Realizarán un cuestionario de vigilancia epidemiológica diario y un reconocimiento médico diario antes de cada sesión de entrenamientos, además de poner en práctica medidas higiénicas extremas.

Con información de 800Noticias