

Don Celso Pallavolo Fermo - Coronavirus, precauzioni nelle palestre

La **Federazione Medico Sportiva Italiana** ha diffuso un utile vademecum con le precauzioni da osservare nelle palestre e impianti sportivi per far fronte all'emergenza **Coronavirus**. Il comunicato, diretto ai Medici sportivi e al personale parasanitario, riporta **informazioni molto utili** per tutti.

Precauzioni anti Coronavirus nelle palestre

Non solo i custodi delle strutture adibite allo sport, ma anche atleti ed accompagnatori sono tenuti a rispettare le fondamentali **norme igienico-sanitarie** per scongiurare la diffusione del temibile virus. Soprattutto durante competizioni o allenamenti di routine, la **prevenzione** è importante.

Una delle regole base è quella di **non bere dallo stesso recipiente** e non scambiare mai oggetti come asciugamani, accappatoi o comunque che siano stati a contatto con il proprio corpo. A questo suggerimento si collega quello di non lasciare la borsa da palestra o **indumenti personali esposti** negli spogliatoi ma conservarli all'interno della propria borsa. Negli spogliatoi è proibito consumare cibo.

Attenzione all'igiene personale

Qualora si dovessero gettare **cerotti, bende, garze o fazzoletti usati**, farlo utilizzando gli appositi contenitori. Questo è un punto focale per la prevenzione del contagio da Coronavirus, assieme all'accurato e ricorrente **lavaggio delle mani** evitando di **toccarsi occhi o bocca e naso** prima di averlo fatto, il coprirsi con un fazzoletto preferibilmente monouso (o con l'interno del gomito) se si dovesse starnutire o tossire.

Rilevo della temperatura corporea

La procedura concordata tra Ministero della Salute e Protezione Civile prevede la misurazione della temperatura tramite termometro ad infrarossi prima dell'ingresso nella sala di allenamento. Tale rilievo può essere eseguito da personale medico o da persona che abbia seguito un corso di primo soccorso o di uso del defibrillatore. In caso di temperatura registrata superiore ai 37,5 gradi il soggetto dovrà essere sottoposto ad ulteriore controllo affidato al sistema sanitario regionale chiamando il numero verde **800936677** o l'ospedale più vicino inoltre se si dovessero notare atleti o persone con **sintomi influenzali**, invitarli cortesemente ad abbandonare la struttura e avvisare il medico di competenza oppure chiamare il **Numero Verde 1500 del Ministero della Salute**, attivo 24 ore su 24.

Comunicare per prevenire

Chiedere all'atleta o al soggetto se ha avuto **contatti** anche per vie trasverse con persone provenienti dalle zone in quarantena, in questo caso bisogna informare il personale societario e medico.

Regole per i custodi

Soprattutto per gli addetti ai lavori, è molto importante **disinfettare le zone di uso comune**. In particolar modo tavoli, sedie, pavimenti, servizi igienici e docce.

Per una **corretta disinfezione**, **si può utilizzare candeggina** o cloro, solventi, etanolo al 75%, acido paracetico e cloroformio. Ovviamente si parla di prodotti ad hoc per tale impiego.

Arieggiare spesso i locali dove si tengono allenamenti o gare è un'altra importante precauzione da adottare.

QUALSIASI RILIEVO DI NON CONFORMITA' VA COMUNQUE COMUNICATA AL TELEFONO DEL DON CELSO PALLAVOLO **338.6044378** (Emanuela) oppure via mail a info@pallavolodoncelso.it Ulteriori informazioni sulla prevenzione da coronavirus sono presenti nel sito www.pallavolodoncelso.it ove è presente il vademecum prodotto dalla FIPAV.