



FEDERAZIONE ITALIANA SCHERMA

**Protocollo delle modalità di svolgimento degli allenamenti
nella disciplina della Scherma
in applicazione delle Linee-Guida ai sensi dell'art. 1, lettere f e g del
Decreto del Presidente del Consiglio dei Ministri 26 aprile 2020**



INDICE

INTRODUZIONE	3
PREMESSE GENERALI PER LA MANUTENZIONE DELLE SALE DI SCHERMA	6
AVVERTENZE GENERALI	8
INDICAZIONI OPERATIVE PER LA PREPARAZIONE ATLETICA	9
ALLENAMENTI INDIVIDUALI	10
AVVERTENZE PER ATLETI PARALIMPICI	11
ALLENAMENTI A TURNI DI ACCESSO DI ATLETI A NUMERO PROGRAMMATO	12
AVVERTENZE PER ATLETI PARALIMPICI	13
LINEE-GUIDA SANITARIE PER GLI ALLENAMENTI DEGLI ATLETI INSERITI NELLE LISTE TECNICHE FEDERALI NELLE ASSOCIAZIONI/SOCIETÀ E NEI CENTRI DI ALLENAMENTO FEDERALE	14
GRUPPI DI DESTINATARI E OBIETTIVI	15
PROTOCOLLI CLINICO-DIAGNOSTICI	16



INTRODUZIONE

L'Ufficio Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri ha varato le linee guida per la ripresa delle attività sportive, prevista dal DPCM del 26 aprile 2020, a conclusione del lockdown conseguente all'emergenza epidemiologica. Le suddette linee guida si basano sulle indicazioni fornite dal CONI e dal CIP che si sono avvalsi di uno Studio elaborato dal Politecnico di Torino, (di seguito lo Studio).

È parte integrante di questo protocollo il documento sanitario redatto dal Presidente della Commissione Medica della FIS e della FIE, Dr. Antonio Fiore, in calce alle specifiche tecniche che seguono.

È stato richiesto alle Federazioni Sportive Nazionali di elaborare specifici protocolli di attuazione delle predette linee guida, allo scopo di disciplinare le modalità di svolgimento dell'attività sportiva per le rispettive discipline, nel delicato momento della ripresa delle fasi addestrative, tenuto conto dei coefficienti di rischio di contagio riportati nello Studio.

Lo Studio classifica il rischio di contagio in relazione alle singole discipline sportive, attraverso una classificazione progressiva elaborata *“sulla base della numerosità di soggetti coinvolti, sul tipo di interazione tra i soggetti e sull'ambiente in cui tali attività vengono svolte”*.

Il livello di rischio non è attribuito alla singola disciplina in sé, ma viene calcolato volta per volta sulla base delle modalità di svolgimento della stessa, distinguendo le diverse fasi dell'allenamento tra quelle che, ad esempio, prevedono l'interazione di due o più soggetti e/o la condivisione di attrezzature, quelle che possono essere svolte all'aperto o che necessitano di essere svolte al chiuso. Tali valutazioni prendono in considerazione tutte le persone funzionali all'allenamento e non soltanto gli atleti.

Lo Studio evidenzia che la classificazione del rischio dev'essere calcolata su ogni specifica attività svolta (da classe da 1 a 8) secondo le diverse casistiche che possono presentarsi nello svolgimento di ogni attività addestrativa, al fine di adottare le necessarie azioni di mitigazione.

Nella tabella di cui infra è riportata la sintesi della classificazione prodotta dal Politecnico, applicabile alle varie fasi di allenamento nella disciplina della scherma:

CLASSE	TIPOLOGIA	DESCRIZIONE
1	Singoli all'aperto	Il singolo atleta svolge attività individuale all'aperto
2	Singoli al chiuso	Il singolo atleta svolge attività individuale al chiuso
3	A turni di accesso alla sede sportiva, all'aperto	Un singolo atleta o un gruppo di atleti si alternano sul campo o nello stesso spazio o nell'utilizzo degli stessi attrezzi all'aperto



4	A turni di accesso alla sede sportiva, al chiuso	Un atleta singolo o gruppo di atleti si alternano sul campo o nello stesso spazio o nell'utilizzo degli stessi attrezzi al chiuso
6	A coppie, all'aperto o al chiuso	Due atleti interagiscono fisicamente sul campo, con ripetuti contatti
8	Assembramento e/o contatto continuo	Molti atleti si assebrano nello stesso spazio in una fase della prestazione sportiva e/o nella pratica; hanno un contatto continuo e molto ravvicinato con l'avversario

Sulla base delle predette classificazioni vengono conseguentemente stabilite le azioni di mitigazione del rischio, ricavate dai protocolli utilizzati per garantire la sicurezza sui luoghi di lavoro, che vengono a loro volta classificate in tre livelli:

- Livello 1 -Applicazione del distanziamento sociale, se il distanziamento sociale non è compatibile con l'attività specifica:
- Livello 2 – Uso dei dispositivi di prevenzione del contagio (mascherine, visiere, guanti), ove l'uso dei dispositivi di prevenzione del contagio non sia compatibile con l'attività specifica:
- Livello 3 – Valutazione di non-contagiosità (tampone 48 ore prima dell'attività).

Si riporta di seguito la tabella, estrapolata dallo Studio, relativa alla disciplina della scherma, nella quale vengono descritte le più comuni situazioni riscontrabili in allenamento, la classificazione delle attività nella relativa classe di rischio e le azioni di mitigazioni appropriate.

Attività	Descrizione	Classe di rischio	Azione di mitigazione	Note
Riscaldamento dinamico e attività di coordinazione motoria e potenziamento muscolare.	Corsa, sprint, cambi di direzione, salti, affondi, attività in movimento, gambe scherma, attività di pesi con macchinari e attrezzature.	Classe 4	Formazione di gruppi chiusi e costanti mantenendo le distanze interpersonali. Turnazione di atleti in modo da mantenere la distanza di sicurezza. Evitare disposizione in scia nelle fasi di corsa. Lavaggio mani prima e dopo l'utilizzo di attrezzi. Sanificazione degli attrezzi a fine allenamento.	Attività individuale senza contatto diretto mantenendo le distanze interpersonali.
Attività di allenamento	Attività tecnica di simulazione di	Classe 6	Mantenere la distanza interpersonale tra atleta e	Attività a coppie su cui si può lavorare



tecnico in palestra con il Maestro.	combattimento e di approfondimento della tecnica di scherma con il Maestro		Maestro.	per mantenere le distanze interpersonali.
Attività di allenamento tecnico in palestra tra atleti.	Attività tecnica di simulazione di combattimento e di approfondimento della tecnica di scherma con simulazione di assalti tra Atleti.	Classe 6	Evitare lo scambio di armi e maschere ed avere cura che ogni atleta tocchi solo ed esclusivamente lui il suo materiale. Durante l'attesa indossare i DPI che saranno da indossare anche durante l'assalto nel caso non si riesca a mantenere l'idoneo distanziamento sociale. Mantenere la distanza interpersonale tra gli atleti durante l'attesa. Igiene delle mani al termine di ogni assalto. Sanificazione della palestra e degli spogliatoi.	Evitare la presenza di un numero eccessivo di atleti durante l'allenamento per evitare di transitare dalla Classe 6 alla Classe 8.

Alla luce delle conclusioni dello Studio, aderendo alle linee guida dell'Ufficio Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri, si redige il protocollo della FIS per la ripresa degli allenamenti in sicurezza, le buone pratiche igienico sanitarie e le prescrizioni mediche cui tutti i tesserati della FIS devono attenersi rigorosamente.

Al riguardo si precisa che la Federazione, in ottemperanza a quanto prescritto dalle direttive della Presidenza del Consiglio dei Ministri, ha già provveduto a trasmettere gli elenchi dei propri atleti di Interesse Nazionale al CONI, al CIP e all'Ufficio Sport del Governo.



PREMESSE GENERALI PER LA MANUTENZIONE DELLE SALE DI SCHERMA

Per tutte le indicazioni non elencate nel presente protocollo si fa espresso riferimento alle norme e prescrizioni contenute nei DPCM e nella circolare della Presidenza del Consiglio dei Ministri n. 3180 del 04/05/2020 che rimangono fonte primaria.

Viene di seguito descritta, per tipologia di attività, la buona norma da mettere in pratica per la ripresa dell'attività di allenamento degli atleti di I.N.

- Sanificazione iniziale mediante ditta specializzata con prodotti nebulizzati o mediante ozono.
- Prima e dopo l'applicazione le sale vanno ampiamente aerate.
- Aereazione delle sale.
- Ove possibile l'aerazione naturale è vivamente consigliata.
- L'utilizzo di impianti di ventilazione e/o condizionamento è consentito solo dopo una corretta e periodica manutenzione e igienizzazione. Particolare cura va posta nella igienizzazione delle prese d'aria e nella manutenzione settimanale dei filtri, I filtri HEPA necessitano di manutenzione particolare e specialistica in quanto capaci di filtrare e trattenere una grande quantità di aerosol. Il ricircolo dell'aria deve essere ridotto quanto più possibile, in favore dell'aerazione esterna.
- Stilare un piano d'ingresso per evitare affollamenti mediante diversificazione dei percorsi e degli orari di atleti, tecnici, fornitori terzi. Nel caso in cui siano previsti più allenamenti successivi o se più gruppi di allenamento usano contemporaneamente una palestra, gli orari di allenamento devono essere coordinati in modo da evitare assembramenti ed incroci a inizio o fine allenamento. A tal proposito deve essere prevista una pausa di 10 minuti per consentire che il cambio degli atleti avvenga senza alcun pericolo.
- Attuazione di un piano (da integrare nel DVR ove obbligatorio o da stilare comunque a parte) che preveda la capienza massima della sala di atleti, tecnici e eventuali manutentori, vie d'esodo e ingressi, misure di prevenzione in uso.
- Formazione di un orario giornaliero e settimanale per organizzare la rotazione dei gruppi di atleti.
- Messa a disposizione dei materiali di protezione e sanificazione (guanti, gel igienizzante e mascherine).
- Messa in opera di contenitori dedicati ai materiali potenzialmente infetti (tali materiali vanno trattati come materiale infetto categoria B (UN3291) corrispondenti al codice CER 18.01.03* HP9 e categoria ADR UN 3291.
- Igienizzazione e disinfezione quotidiana di superfici e attrezzi.
- L'igienizzazione e la disinfezione dei locali e di tutte le parti di contatto (maniglie, porte, sedie, tavoli, pavimenti, ecc.) dovranno avvenire a cura del personale incaricato dalla Società (volontario o collaboratore) quotidianamente al termine delle sessioni di allenamento o prima dell'inizio della giornata successiva e/o di ogni sessione di allenamento.
- In particolare l'igienizzazione periodica dovrà prevedere l'utilizzo di prodotti ritenuti idonei allo scopo di abbattere l'attività del virus eventualmente depositato.
- Dovranno essere presenti e disponibili in Sala scherma e negli spazi adiacenti distributori di gel igienizzante per mani e saponi igienizzanti nei servizi.
- L'igienizzazione potrà essere operata con panni puliti in microfibra e inumiditi con una soluzione clorata (tipicamente ipoclorito di sodio in soluzione 0,1% in cloro attivo) oppure con alcool etilico al 70/75% con successiva asciugatura dopo una permanenza di 5 minuti del disinfettante).



- Chiusura, al momento, di tutte le altre parte comuni (spogliatoi, aree ristoro ecc.).
- Divieto di ammissione per accompagnatori e visitatori nel luogo di allenamento (fatta eccezione per l'accompagnatore dell'atleta disabile – vedi rif. più avanti).
- È obbligatorio il controllo della temperatura corporea per gli ingressi.
- Identificazione di un medico responsabile (deve essere consultato in casi conclamati o dubbi di COVID).
- Identificazione di un referente del protocollo COVID-19 per il rispetto delle disposizioni.
- Il responsabile del protocollo COVID-19 fornisce la necessaria informazione, mediante opuscoli, agli atleti ed a tutti i frequentatori della palestra, nonché le regole d'uso degli impianti ed ha il compito di organizzare la vigilanza della struttura.
- Identificazione dell'addetto all'igiene.
- Si precisa che le mansioni possono essere cumulabili.



AVVERTENZE GENERALI

Le normali pratiche d'igiene che tutti devono osservare sono:

- frequente lavaggio delle mani;
- utilizzo in luoghi pubblici dei dispositivi di protezione individuali;
- mantenimento a riposo della distanza interpersonale;
- non toccarsi mai naso, occhi, bocca;
- starnutire e/o tossire in un fazzoletto o nella piega interna del gomito;
- evitare di lasciare in luoghi condivisi con altri gli indumenti utilizzati per l'attività fisica ma riporli in borse personali;
- bere sempre da bicchieri monouso o da bottiglie personali;
- non consumare cibi; gettare subito fazzoletti o altri materiali di protezione usati (e ben sigillati) negli appositi contenitori.

Se nel corso degli allenamenti una persona manifestasse sintomi che possano essere riconducibili a quelli del COVID-19, questa andrà immediatamente isolata dal resto del gruppo e dovrà essere avvisato il medico anche ai fini dell'attuazione delle misure di sanità pubblica obbligatorie.

Verranno attuate anche misure di emergenza per la sanificazione del luogo di allenamento e dell'eventuale impianto di aerazione.

È consigliato agli atleti e ai tecnici di recarsi in palestra a piedi o con la bicicletta per quanto possibile. L'utilizzo di macchine comuni è da evitare e, per quanto possibile, anche l'uso dei mezzi pubblici è da ridurre il più possibile. Nel caso sia indispensabile l'uso dei mezzi pubblici si raccomanda di rispettare le regole di igiene e di comportamento emesse dalle autorità competenti.

Gli atleti potranno entrare in palestra al massimo 15 minuti prima dell'inizio del proprio allenamento.

Nelle operazioni di accesso alla palestra, la distanza di 2 metri tra le persone deve sempre essere rispettata. Non bisogna mai salutarsi attraverso la stretta di mano. Eventuali cartelli indicatori di distanziamento o di percorso da seguire, affissi nella palestra, sono da rispettare.

Gli atleti dovranno lasciare la palestra al massimo 15 minuti dopo la fine del proprio allenamento.

Ogni atleta disporrà, in sala scherma o area adiacente, di uno spazio personale di almeno 4 metri quadri con una sedia per il riposo e la possibilità di appoggiare la borsa e i suoi effetti personali, le attrezzature ginniche o schermistiche personali e l'acqua.

Per gli allenamenti al chiuso (in palestra) è obbligatorio prevedere un corridoio "sicuro" per fare in modo che gli atleti ed i tecnici si possano muovere in condizioni di tranquillità. Nell'eventualità di passaggi ristretti all'interno della struttura (meno di 2 metri lineari di larghezza), da percorrere inevitabilmente per raggiungere le aree di allenamento, per l'attraversamento degli stessi sarà necessario per chiunque l'uso della mascherina chirurgica e sarà obbligatorio rispettare un transito alternato a vista, per cui se si configura una possibilità di passaggio ravvicinato uno dei due soggetti dovrà retrocedere fino al primo spazio ampio disponibile. Durante questo transito, ed in genere nella permanenza in sala scherma, è sconsigliato toccare pareti o maniglie o oggetti se non strettamente indispensabile.

Si consiglia inoltre di scostare dai muri perimetrali le attrezzature, le sedie, le panche ed ogni altro bene mobile di arredamento al fine di evitare che le superfici verticali, venendo a contatto con le attrezzature di cui in precedenza o con le persone, debbano essere igienizzate come previsto dalle normative sanitarie.



INDICAZIONI OPERATIVE PER LA PREPARAZIONE ATLETICA

Spazio e regolamentazione per la preparazione atletica

L'attività di preparazione atletica potrà avvenire sia all'aperto che al chiuso, in entrambe i casi nel rispetto delle distanze di sicurezza di seguito indicate. Questo comporterà una compatibilità tra metri quadri disponibili e numero di atleti.

Nel caso di lavori in linea sono da prediligere distanze di almeno due metri tra le linee. L'atleta lavorerà sempre sulla stessa linea sia all'andata che al ritorno. Sarà responsabilità del Tecnico supervisionare che siano mantenute le distanze, non solo durante l'esercizio, ma anche di nelle fasi di attesa. Nello specifico è prescritta una distanza di almeno 2 metri.

Spazio e regolamentazione per l'attività di gambe scherma

Poiché l'attività di gambe scherma, di norma, è svolta in pedana, ogni atleta dovrà avere a disposizione una pedana. Se le pedane sono montate in parallelo e sono a distanza inferiore di 2 metri tra loro, l'atleta potrà utilizzare mezza pedana in modo sfalsato rispetto al compagno che si trova sulla pedana adiacente (ovvero il primo lavorerà fino a metà pedana ed il secondo dalla metà pedana in poi). Il tutto per evitare passaggi ravvicinati con distanze inferiori ai 2 metri. Nel caso in cui gli atleti svolgano attività affiancati in riga dovrà essere rispettata la distanza di 2 metri tra gli atleti.



ALLENAMENTI INDIVIDUALI

Riscaldamento dinamico ed attività di coordinazione motoria e potenziamento muscolare da soli o in presenza di un maestro o preparatore atletico

ALL'APERTO (in aree di pertinenza od in uso alle società)

- a) Singolo atleta - Classificazione del **rischio 1**
Nessuna particolare precauzione da adottare.
- b) Singolo atleta con sorveglianza di un preparatore atletico - Classificazione del **rischio 3**
- Mantenimento delle distanze aumentate (16 m² di spazio libero intorno) con conseguente distanza di sicurezza del tecnico di metri 4.
 - Utilizzo dei dispositivi di protezione prima dell'inizio e immediatamente al termine dell'allenamento da parte di entrambi.
 - Se l'allenamento viene effettuato con l'ausilio di attrezzi questi devono essere igienizzati prima e al termine dell'utilizzo da parte dell'atleta sotto la supervisione del tecnico.
 - È fatto stretto divieto di scambio di materiale personale (maschere, guanti, divise, armi, ecc.).
 - L'atleta dovrà munirsi di: un materassino personale per gli esercizi a terra e di un asciugamano personale pulito per l'utilizzo delle macchine fitness e panche.

Gli atleti che non rispettano le regole del protocollo di protezione possono essere esclusi dall'allenamento dal tecnico o dal rappresentante Covid-19 dell'associazione/società.

AL CHIUSO

- a) Singolo atleta - Classificazione del **rischio 2**
- Mantenimento delle distanze aumentate (9 m² di spazio libero intorno) rispetto alle superfici verticali.
 - Utilizzo dei dispositivi di protezione prima dell'inizio e immediatamente al termine dell'allenamento.
- b) Singolo atleta con sorveglianza di un preparatore atletico - Classificazione del **rischio 4**
- Mantenimento delle distanze aumentate (16 m² di spazio libero intorno) con conseguente distanza di sicurezza del tecnico di metri 4.
 - Utilizzo dei dispositivi di protezione prima dell'inizio e immediatamente al termine dell'allenamento.
 - Utilizzo continuo dei dispositivi di protezione da parte del tecnico.
 - Se l'allenamento viene effettuato con l'ausilio di attrezzi questi devono essere igienizzati prima e al termine dell'utilizzo da parte dell'atleta sotto la supervisione del tecnico.
 - È fatto stretto divieto di scambio di materiale personale (maschere, guanti, divise, armi, ecc.).
 - L'atleta dovrà munirsi di: un materassino personale per gli esercizi a terra, un asciugamano personale pulito per l'utilizzo delle macchine fitness e panche e un paio di scarpe da utilizzare esclusivamente all'interno della palestra.

Gli atleti che non rispettano le regole del protocollo di protezione possono essere esclusi dall'allenamento dal tecnico o dal rappresentante Covid-19 dell'associazione/società.



AVVERTENZE PER ATLETI PARALIMPICI

L'attività di allenamento per gli atleti paralimpici è consentita in questa prima fase esclusivamente agli atleti inseriti per l'anno 2020 nelle liste tecniche federali d'Interesse Nazionale o d'Interesse Nazionale d'Elite in grado di poter svolgere gli esercizi proposti dai tecnici in totale autonomia ed in modo da poter garantire la prevista distanza di sicurezza, individuata in 2 m all'aperto e 4 m al chiuso, durante l'esecuzione degli stessi.

Gli aiuti necessari all'atleta devono essere forniti dal tecnico presente in sala che indossando i DPI, mascherina, visiera protettiva e guanti monouso, può aiutare l'atleta a montare in carrozzina per poi allontanarsi a distanza di sicurezza durante lo svolgimento dell'esercizio. Lo stesso atleta dovrà indossare la mascherina durante tale operazione per levarselo solo ed esclusivamente quando il tecnico si sarà allontanato.

Per gli atleti Paralimpici la carrozzina da scherma dovrà essere igienizzata alla fine di ogni sessione e potrà essere lasciata in palestra a condizione che possa essere riposta in uno spazio non accessibile.

Potranno essere utilizzate in modo promiscuo le pedane paralimpiche comprese di ganci laterali e la cinghia frontale. Il Tecnico presente supervisionerà l'igienizzazione di tali elementi prima e dopo le esercitazioni individuali.



ALLENAMENTI A TURNI DI ACCESSO DI ATLETI A NUMERO PROGRAMMATO

Riscaldamento dinamico e attività di coordinazione motoria e potenziamento muscolare con la presenza di un maestro o preparatore atletico.

ALL'APERTO (in aree di pertinenza od in uso alle società)

a) A turni di accesso di atleti a numero programmato - Classificazione del **rischio 3**

- Mantenimento delle distanze aumentate (16 m² di spazio libero intorno) con conseguente distanza di sicurezza del tecnico di metri 4.
- Evitare disposizione in scia nelle fasi di corsa, in difetto le distanze interpersonali devono salire ad almeno m 10.
- Utilizzo dei dispositivi di protezione prima dell'inizio e immediatamente al termine dell'allenamento.
- Utilizzo continuo dei dispositivi di protezione da parte del tecnico.
- Se l'allenamento viene effettuato con l'ausilio di attrezzi questi devono essere igienizzati prima e al termine dell'utilizzo da parte dell'atleta sotto la supervisione del tecnico.
- L'utilizzo degli attrezzi durante l'allenamento è strettamente personale e gli stessi non possono essere scambiati durante gli esercizi.
- È fatto stretto divieto di scambio di materiale personale (maschere, guanti, divise, armi, ecc.).
- L'atleta dovrà munirsi di: un materassino personale per gli esercizi a terra ed un asciugamano personale pulito per l'utilizzo delle macchine fitness e panche.

Gli atleti che non rispettano le regole del protocollo di protezione possono essere esclusi dall'allenamento dall'allenatore o dal rappresentante Covid-19 dell'associazione/società.

AL CHIUSO

a) A turni di accesso di atleti a numero programmato - Classificazione del **rischio 4**

- Mantenimento delle distanze aumentate (36 m² di spazio libero intorno) con conseguente distanza di sicurezza del tecnico di metri 6.
- Ogni atleta deve rimanere sempre nel suo spazio definito.
- Utilizzo dei dispositivi di protezione prima dell'inizio e immediatamente al termine dell'allenamento. Utilizzo continuo dei dispositivi di protezione da parte del tecnico.
- Se l'allenamento viene effettuato con l'ausilio di attrezzi questi devono essere igienizzati prima e al termine dell'utilizzo da parte dell'atleta sotto la supervisione del tecnico. L'utilizzo degli attrezzi durante l'allenamento è strettamente personale ed essi stessi non possono essere scambiati durante gli esercizi.
- È fatto stretto divieto di scambio di materiale personale (maschere, guanti, divise, armi, ecc.).
- L'atleta dovrà munirsi di: un materassino personale per gli esercizi a terra, un asciugamano personale pulito per l'utilizzo delle macchine fitness e panche e un paio di scarpe da utilizzare esclusivamente all'interno della palestra.

Gli atleti che non rispettano le regole del protocollo di protezione possono essere esclusi dall'allenamento dal tecnico o dal rappresentante Covid-19 dell'associazione/società.



AVVERTENZE PER ATLETI PARALIMPICI

L'attività di allenamento per gli atleti paralimpici è consentita in questa prima fase esclusivamente agli atleti inseriti per l'anno 2020 nelle liste tecniche federali d'Interesse Nazionale o d'Interesse Nazionale d'Elite in grado di poter svolgere gli esercizi proposti dai tecnici in totale autonomia, in modo da poter garantire la prevista distanza di sicurezza, individuata in 2 m all'aperto e 4 m al chiuso, durante l'esecuzione degli stessi.

Gli aiuti necessari all'atleta devono essere forniti dai loro accompagnatori abituali e non dovranno contare sugli aiuti abituali in loco come capitava nel periodo precedente all'emergenza sanitaria. In alternativa, Il tecnico presente in sala indossando i DPI, mascherina visiera protettiva e guanti monouso può aiutare l'atleta a montare in carrozzina per poi allontanarsi a distanza di sicurezza durante lo svolgimento dell'esercizio. Lo stesso atleta dovrà indossare la mascherina durante tale operazione per levarselo solo ed esclusivamente quando il tecnico si sarà allontanato.

Per gli atleti Paralimpici la carrozzina da scherma dovrà essere igienizzata alla fine di ogni sessione e potrà essere lasciata in palestra se potrà essere riposta in uno spazio non accessibile.

Potranno essere usate in modo promiscuo le pedane paralimpiche comprese di ganci laterali e la cinghia frontale.

Il Tecnico presente supervisionerà l'igienizzazione di tali elementi prima e dopo le esercitazioni individuali.



LINEE-GUIDA SANITARIE PER GLI ALLENAMENTI DEGLI ATLETI INSERITI NELLE LISTE TECNICHE FEDERALI NELLE ASSOCIAZIONI/SOCIETÀ E NEI CENTRI DI ALLENAMENTO FEDERALE

Si specifica che il seguente protocollo di protezione fa riferimento all'attuale quadro normativo e alle limitazioni in esso contenute e verrà, di volta in volta, aggiornato in relazione ai successivi provvedimenti che verranno adottati dai competenti organi governativi, dal CONI, dal CIP e dal Consiglio Federale della FIS in merito alla ripresa delle attività di allenamento per le altre categorie di atleti.

La Federazione Italiana Scherma confida sul senso di responsabilità di tutti i dirigenti delle associazioni/società sportive, degli allenatori e degli atleti o dei loro genitori che dovranno attenersi scrupolosamente alle seguenti linee guida, nella consapevolezza che il comportamento di ciascuno condiziona la possibilità di ritornare a praticare il nostro sport con minori restrizioni.

Vanno tenuti presenti i seguenti due aspetti di carattere medico:

- Ad oggi non è possibile avere una quantificazione reale del numero di soggetti effettivamente contagiati e, in particolare, una chiara cognizione della contagiosità dei soggetti asintomatici mai sottoposti a un tampone.

Pertanto, è oggettivamente difficile sul piano scientifico ed epidemiologico definire “*basso*” il rischio di trasmissione ed infezione.

- I test odierni utilizzati nell'identificazione del SARS-COV-2 (tamponi, test sierologici su prelievo sanguigno venoso) non sono ancora affidabili in misura tale da garantire l'assoluta certezza in merito all'assenza di contagiosità di un individuo.

La Federazione Italiana Scherma non assume alcuna responsabilità per eventuali infezioni da SARS-COV-2 contratte durante gli allenamenti di cui è oggetto questo protocollo.

La FIS raccomanda altresì a tutte le persone appartenenti alle categorie con maggior rischio correlato al contagio di non partecipare ancora agli allenamenti o di parteciparvi solo dopo aver consultato il proprio medico e, in ogni caso, di rispettare le direttive previste dagli specifici protocolli emanati dalle autorità governative.

Per quanto riguarda gli atleti paralimpici, la valutazione della presenza di eventuali fattori di rischio correlati al contagio saranno valutati direttamente dallo staff medico federale prima della ripresa dell'attività di allenamento individuale.



GRUPPI DI DESTINATARI E OBIETTIVI

Gruppi di destinatari

Il seguente protocollo è destinato a:

- Associazioni/Società Sportive affiliate alla FIS
- Centri di allenamento federale
- Palestre o palazzetti dello sport in cui si allenano le associazioni/società
- Allenatori, Maestri, Preparatori fisici
- Atleti
- Medici sociali (ai sensi dell'articolo 5 del Regolamento Sanitario della FIS)

Obiettivi del protocollo

Il protocollo persegue i seguenti obiettivi:

- a) ripresa degli allenamenti di scherma per gli atleti, appartenenti alle liste tecniche d'Interesse Nazionale, adottata dalla FIS, nelle associazioni/società sportive e nei centri di allenamento federale nel rispetto dei principi fondamentali e delle norme igieniche generali e di distanziamento sociale, emanate dalle autorità governative in relazione all'emergenza epidemiologica in atto.

Le linee guida per la ripresa degli allenamenti per tutti gli atleti appartenenti alle altre categorie federali e per lo svolgimento delle attività agonistiche verranno adottate in un secondo momento.

- b) consentire agli allenatori degli atleti d'interesse nazionale di riprendere a svolgere la loro attività.
- c) definire delle linee guida semplici e pragmatiche per le associazioni/società sportive e per i centri di allenamento federale di scherma.
- d) garantire la sicurezza degli atleti e degli allenatori definendo regole chiare su ciò che è e non è consentito.



PROTOCOLLI CLINICO-DIAGNOSTICI

Per tutte le indicazioni non elencate nel presente protocollo si fa espresso riferimento alle norme e prescrizioni contenute nei DPCM e nel Protocollo della Presidenza del Consiglio dei Ministri-Ufficio Sport n. 3180 del 04/05/2020 che rimangono fonte primaria.

Autocertificazione

Prima della ripresa degli allenamenti individuali, a tutti gli atleti e tecnici verrà richiesto il rilascio di un'AUTOCERTIFICAZIONE (allegato 1) che dovrà essere sottoscritta e dovrà attestare l'assenza di infezione da SARS-COV-2 e di rischi di contagio, per quanto di propria conoscenza.

L'autocertificazione sarà consegnata, all'atto della visita medica prevista dal Protocollo dell'Ufficio Sport del 04/05/2020, al Medico Competente, cioè il Medico Sociale di cui all'art. 5 del Regolamento Sanitario della FIS oppure al Referente COVID-19. Il Medico Sociale o il Referente COVID-19 conserverà l'autocertificazione secondo le modalità previste dalla normativa sulla Privacy vigente.

Certificazione di idoneità agonistica

Tutti gli Atleti devono essere in possesso della certificazione di idoneità agonistica (DM 18/02/82) in corso di validità.

Esame Clinico effettuato dal Medico Sociale.

Gli atleti e gli allenatori dovranno essere sottoposti ad una valutazione sanitaria preliminare a fini epidemiologici da parte del Medico Sociale, il quale provvederà ad esaminare l'Autocertificazione di cui sopra.

Nell'ambito della valutazione sanitaria, l'indagine anamnestica individuale deve comprendere informazioni sulla presenza di tosse, dispnea, rinorrea, congiuntivite, faringodinia (mal di gola), iposmia (riduzione/assenza di olfatto), ageusia (riduzione/assenza di gusto), spossatezza e malessere generale. Verrà altresì posta particolare attenzione ai dati anamnestici relativi ai contatti con familiari che presentino sintomi riferibili ad infezione da SARS-CoV-2.

Il protocollo di sorveglianza sanitaria potrà essere rimodulato in funzione della tipologia dei rischi.

È opportuno che tale attività di sorveglianza sanitaria venga svolta all'interno di ambienti di sufficienti dimensioni, aerati, periodicamente sanificati nonché sulla base dell'assunzione di idonee precauzioni igieniche (DPI) da parte del Medico Sociale.

La visita medica dovrà essere mirata anche a valutare se le condizioni di salute preesistenti possano causare una maggior suscettibilità all'infezione da SARS-CoV-2 (come nel caso di fattori predisponenti o malattie che riducono le difese immunitarie, malattie autoimmuni, terapia immunosoppressiva) o un aumentato rischio di complicanze (malattie cardiovascolari, diabete, malattie croniche dell'apparato respiratorio, insufficienza renale, ipertensione arteriosa). In quest'ambito si terrà conto anche del fattore età, nel rispetto di quanto le previsioni normative e delle istituzioni sanitarie nazionali e internazionali indicheranno.

Protocollo di Suddivisione degli atleti su base clinico-epidemiologica

Gli Atleti vengono divisi in due gruppi in base all'autodichiarazione attestante la presenza ovvero l'assenza di infezione da SARS-COV-2 e di rischi di contagio, per quanto di conoscenza allo stato attuale.

Gli Atleti vengono suddivisi in:

1. Atleti COVID+ accertati e guariti e atleti che abbiano avuto sintomi riferibili tra i quali, a titolo non esaustivo, temperatura corporea > 37,5 °C, tosse, astenia, dispnea, mialgie, diarrea, anosmia, ageusia.



2. Atleti COVID- e atleti asintomatici nel periodo della pandemia.

Per gli Atleti di cui al Gruppo 1, si esegue lo screening previsto dal Protocollo dell'Ufficio Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri:

1. Test da sforzo massimale con valutazione polmonare (test cardio polmonare) e saturazione O₂ a riposo, durante e dopo sforzo.
2. Ecocardiogramma color doppler.
3. ECG Holter 24hr. Inclusivo di una seduta di allenamento o di sforzo.
4. Esame Spirometria Completo (FVC, VC, MVV).
5. Esami ematochimici.**
6. Radiologia polmonare: TAC per COVID+: consigliabile e a giudizio del medico responsabile sanitario.
7. Nulla osta infettivologico alla ripresa (per gli atleti COVID+).

Prima di iniziare gli allenamenti, oltre all'effettuazione degli esami sopra elencati, gli atleti Covid+ dovranno osservare un periodo individuale di graduale ripresa, la cui durata sarà stabilita dal Medico Federale, il quale a suo giudizio potrà prescrivere ulteriori test ed esami, laddove necessario.

Per gli Atleti di cui al Gruppo 2, al di là degli obblighi allo stato attuale sufficienti dell'autocertificazione, della certificazione di idoneità all'attività sportiva agonistica in corso di validità e della valutazione sanitaria del Medico Sociale, nella prospettiva di una ripresa dell'attività agonistica nonché alla luce delle conoscenze ancora incomplete in merito a tutti gli aspetti clinici, compresi gli eventuali esiti, dell'infezione da Covid19 anche nei soggetti asintomatici, si ritengono consigliabili i seguenti esami:

1. Visita di controllo con uno specialista in Medicina dello Sport
2. Test da sforzo massimale.
3. Ecocardiogramma color doppler.
4. Esame Spirometria Completo (FVC, VC, MVV).
5. Esami ematochimici. **

**Esami ematochimici: Emocromo, ALT/AST, Gamma GT, Creatininemia, CPK isotipi, Troponina, LDH, PT/PTT, INR, Elettroforesi proteica, D-dimero, PCR, Ferritina, IL-6, Esame urine completo.

Auto-monitoraggio clinico individuale

Tutti i partecipanti dovranno auto monitorarsi per sintomi correlati all'infezione da COVID-19 almeno una volta al giorno. Qualora siano presenti segni o sintomi, l'atleta (o l'allenatore) dovrà ritenersi esonerato dalla partecipazione all'allenamento e dovrà darne notifica tempestivamente al Medico Competente/Medico Sociale, che a sua volta dovrà informare il Medico Federale, stando ai sensi del rispetto della privacy previsti dalla Legge, nonché al Medico di Medicina Generale, i quali avvieranno le procedure previste dalla legge.

APPROFONDIMENTO

Negli Atleti d'élite, durante gli allenamenti intensivi e le gare, gli elevati flussi respiratori oronasali, con componente orale al 60%, compromettono l'azione di filtro dei microorganismi del tratto respiratorio superiore, favorendo l'inalazione profonda di molti irritanti, allergeni e agenti infettanti, compreso il SARS-CoV-2, che può giungere rapidamente e facilmente nelle aree più profonde dei polmoni (bronchioli alveolari e alveoli) e da lì iniziare la propria azione distruttiva.



Inoltre, i livelli di IgA salivare, importanti per contrastare le infezioni delle alte vie respiratorie, si abbassano negli atleti durante e dopo gli allenamenti e le gare.

Tutto ciò porta a due considerazioni:

- 1) Chi ha avuto la malattia, indipendentemente che sia stata severa o lieve, **DEVE** essere sottoposto a valutazione polmonare [spirometria completa (FVC, VC, MVV)] e preferibilmente a TAC polmonare, come già indicato.
- 2) In caso di positività di un atleta, la possibilità di contagio è alta e pertanto tutti coloro che sono venuti a contatto (eventuali compagni di squadra, staff tecnico, personale, dirigenti, etc.) devono seguire le indicazioni e i protocolli definiti dalla Autorità governativa.

Alla luce delle evidenze scientifiche e tecnologiche internazionali, costantemente monitorate dalla FMSI e dei follow-up relativi agli atleti positivi, il protocollo medico potrà essere suscettibile di aggiornamenti.



CONCLUSIONI E NOTE OPERATIVE FINALI

In conclusione, appare necessario che, per la ripresa delle attività, le ASD/SSD si attengano al rispetto delle norme contenute nei Provvedimenti emanati dal Governo, dalle Regioni, dagli altri Enti territoriali, nonché nelle Linee guida dell'Ufficio per lo Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri e nel presente Protocollo.

Si sottolinea, altresì, la necessità che le ASD/SSD si adoperino per porre in essere tutti gli adempimenti di loro competenza ai sensi della legislazione vigente in materia di sicurezza, protezione dei dati personali, sicurezza sul lavoro e in ambito sanitario, alla luce della situazione di emergenza in atto.

A tal proposito, si sottolinea che, essendo la normativa in menzione in continua evoluzione, anche il presente Protocollo potrà essere soggetto a modifiche, integrazioni ed aggiornamenti che saranno prontamente condivisi e pubblicati sul sito federale.



FEDERAZIONE ITALIANA SCHERMA

DENOMINAZIONE SOCIETA' SPORTIVA: _____

**AUTOCERTIFICAZIONE SCHEDA DI VALUTAZIONE
INFEZIONI VIE RESPIRATORIE SUGGERITE RISCHIO SARS-CoV-2
PRELIMINARE ALLA RIAMMISSIONE AGLI ALLENAMENTI
(Da Visionare da parte del Medico Sociale o del Medico di Riferimento)**

NOME

COGNOME

VISITA DI IDONEITA' AGONISTICA CON CERTIFICATO IN DATA
SCADENZA CERTIFICATO DI IDONEITA' AGONISTICA.....
(nel caso di NON ATLETI non indicare dati sulla certificazione di Idoneità Agonistica) .

Ha avuto negli ultimi 14 giorni uno di questi sintomi?

• Febbre >37,5° SI NO
• Tosse SI NO

• Stanchezza SI NO
• Mal di gola SI NO
• Mal di testa SI NO
• Dolori muscolari SI NO
• Congestione nasale SI NO
• Nausea SI NO
• Vomito SI NO
• Perdita di olfatto e gusto SI NO
• Congiuntivite SI NO

NOTIZIE SU EVENTUALE ESPOSIZIONE AL CONTAGIO

CONTATTI CON CASI ACCERTATI COVID 19 (tampone positivo) SI NO
CONTATTI CON CASI SOSPETTI SI NO
CONTATTI CON FAMILIARI DI CASI SOSPETTI SI NO
CONVIVENTI CON FEBBRE O SINTOMI INFLUENZALI (no tampone) SI NO
CONTATTI CON FEBBRE O SINTOMI INFLUENZALI (no tampone)

PROVIENE DA UN VIAGGIO ALL'ESTERO? SI NO
FREQUENTAZIONE AMBIENTI SANITARI CON CASI ACCERTATI/SOSPETTI SI NO
Se si dove IN PROVINCIA IN REGIONE IN ITALIA ESTERO

ALTRE NOTIZIE CHE RITIENE UTILE EVIDENZIARE IN MERITO AD ELEMENTI CONNESSI AL SUO POTENZIALE RISCHIO DI ESPOSIZIONE AL COVID-19

.....

Io sottoscritto/a come sopra identificato/a attesto sotto la mia responsabilità che quanto sopra dichiarato corrisponde al vero, consapevole delle conseguenze civili e penali di una falsa dichiarazione, anche in relazione al rischio di contagio all'interno della struttura SPORTIVA ed alla pratica di attività sportive agonistiche
 autorizzo _____ al trattamento dei miei dati particolari relativi allo stato di salute contenuti in questo modulo ed alla sua conservazione ai sensi del Reg.Eu 2016/679 e della normativa nazionale vigente.

data _____

firma _____