

## Επικαιροποιημένες οδηγίες για διαχείριση κρούσματος COVID-19 στον αθλητισμό

### Γενικές αρχές

Τα προβλεπόμενα στις Οδηγίες που εκδίδει η ΓΓΑ και βρίσκονται στον ακόλουθο ιστότοπο (<https://gga.gov.gr/component/content/article/278-covid/2981-covid19-sports>) θα πρέπει να τηρούνται με προσοχή. Οι οδηγίες αυτές προσδιορίζουν τις ενέργειες και διαδικασίες ομοσπονδιών, συλλόγων αθλητών και εγκαταστάσεων για την πρόληψη και αντιμετώπιση έναντι της λοίμωξης COVID-19. **Οι οδηγίες αυτές, επικαιροποιούνται εάν αυτό απαιτηθεί από τα επιδημιολογικά δεδομένα.**

Ιδιαίτερη έμφαση πρέπει να δίνεται από τους αθλητές και στις εξωαγωνιστικές τους δραστηριότητες, στην τήρηση των οδηγιών του ΕΟΔΥ για τα μέτρα ατομικής προστασίας (σωστή εφαρμογή απλής μάσκας, τήρηση αποστάσεων και εφαρμογή της υγιεινής των χεριών με πλύσιμο με σαπούνι και νερό, ή και αλκοολούχου αντισηπτικού) καθώς και των μέτρων της Γενικής Γραμματείας Πολιτικής Προστασίας. **Η ατομική ευθύνη, στην κατεύθυνση της προστασίας των συναθλητών τους, των αντιπάλων τους, της δραστηριότητας του αθλήματός τους, όπως και των ατόμων του περιβάλλοντος τους, είναι κομβική!**

Για τους αθλητές που προέρχονται ή επιστρέφουν από το εξωτερικό ισχύουν τα οριζόμενα στο πρωτόκολλο άφιξης στη χώρα <https://travel.gov.gr/#/> σε συνδυασμό με τα αναφερόμενα στις εκάστοτε οδηγίες της ΓΓΑ και της διοργανώτριας αρχής, αν πρόκειται για διεθνή διοργάνωση.

**Μοριακά τεστ RT-PCR στους αθλητές όλων των αθλημάτων θα γίνονται κατόπιν ενδείξεων για κρούσμα και σε δειγματοληπτικούς ελέγχους του ΕΟΔΥ στις οργανωμένες αθλητικές εγκαταστάσεις. Σημειώνουμε ότι το μοριακό τεστ RT-PCR δεν είναι υποχρεωτικό για την έναρξη της αθλητικής δραστηριότητας, αλλά μπορεί να αποτελεί χρήσιμο μέτρο μετά από σχετική ανάλυση κινδύνου για κάθε άθλημα.**

### Διαχείριση κρούσματος COVID-19

#### 1 **Ασυμπτωματικοί αθλητές με εργαστηριακή επιβεβαίωση Covid-19 λοίμωξης.**

Συστήνεται απομόνωση του κρούσματος και περαιτέρω διαχείριση σύμφωνα με τις οδηγίες του ΕΟΔΥ. Οι ασυμπτωματικοί αθλητές επανέρχονται στην αθλητική δραστηριότητα ανάλογα με τη πραγματοποίηση τεστ ως ακολούθως:

1.1 Χωρίς τεστ με RT-PCR ρινοφαρυγγικό δείγμα μετά από **10 ημέρες** από την ημέρα της πρώτης εργαστηριακής επιβεβαίωσης COVID-19 λοίμωξης και εφόσον δεν έχουν εμφανίσει συμπτώματα συμβατά με Covid-19 λοίμωξη

1.2 Με ένα (1) τεστ με RT-PCR ρινοφαρυγγικό δείγμα το οποίο δεν μπορεί να ληφθεί νωρίτερα από την **7<sup>η</sup> μέρα** της πρώτης εργαστηριακής επιβεβαίωσης COVID-19 λοίμωξης.

## **2 Συμπτωματικοί αθλητές με εργαστηριακή επιβεβαίωση Covid-19 λοίμωξης.**

Συστήνεται απομόνωση του κρούσματος και περαιτέρω διαχείριση σύμφωνα με τις οδηγίες του ΕΟΔΥ. Οι συμπτωματικοί αθλητές επανέρχονται στην αθλητική δραστηριότητα μόνο μετά από καρδιολογική εξέταση ανάλογα με τη πραγματοποίηση τεστ ως ακολούθως:

2.1 Χωρίς τεστ με RT-PCR ρινοφαρυγγικό δείγμα μετά από **14 ημέρες** από την ημέρα της πρώτης εργαστηριακής επιβεβαίωσης COVID-19 λοίμωξης και είναι άπύρετοι για μία ημέρα χωρίς τη χρήση αντιπυρετικών και παρουσιάζουν πλήρη ύφεση των συμπτωμάτων.

2.2 Με ένα (1) τεστ με RT-PCR ρινοφαρυγγικό δείγμα το οποίο δεν μπορεί να ληφθεί νωρίτερα από την **10<sup>η</sup> μέρα** της εργαστηριακής επιβεβαίωσης και είναι άπύρετοι για μία ημέρα χωρίς τη χρήση αντιπυρετικών και παρουσιάζουν πλήρη ύφεση των συμπτωμάτων.

## **Διαχείριση στενών μη προστατευμένων επαφών με κρούσμα Covid-19 λοίμωξης**

1 Σε όσους ήρθαν σε στενή και μη προστατευμένη επαφή με το κρούσμα συστήνεται η **αυξημένη ενεργητική επιτήρηση\*** για **10 ημέρες** από την ημέρα της τελευταίας επαφής με το επιβεβαιωμένο κρούσμα.

2 Στην περίπτωση προγραμματισμένου αγώνα ομάδας διενεργείται μοριακός έλεγχος με RT-PCR ρινοφαρυγγικού δείγματος σε όλους τους αθλητές την παραμονή του αγώνα (Match Day – 1 ή MD-1). Αν βρεθούν στον έλεγχο αυτό **3 ή περισσότερα** θετικά αποτελέσματα, ο αγώνας αναβάλλεται.

Η προστασία των προσωπικών δεδομένων και το ιατρικό απόρρητο θα πρέπει να εξασφαλίζεται τόσο κατά τη δειγματοληψία όσο και κατά τη διαχείριση των αποτελεσμάτων σύμφωνα με τη νομοθεσία.

---

### **\*Μέτρα στην αυξημένη ενεργητική επιτήρηση**

Οποτεδήποτε αποφασιστεί η πραγματοποίηση αυξημένης ενεργητικής επιτήρησης ενός αθλητή ή μίας ομάδας τότε λαμβάνονται τα ακόλουθα μέτρα:

1. Η Διοίκηση του Συλλόγου ή της Ομάδας αναβάλλει για 10 ημέρες όλες τις προγραμματισμένες εξωαγωνιστικές δραστηριότητες των αθλητών (εκτός των προπονητικών και αγωνιστικών υποχρεώσεων).
2. Ενημερώνονται όλοι οι αθλητές και το υπόλοιπο επιτελείο για την ανάγκη περιορισμού των κοινωνικών επαφών τους και των μετακινήσεων εκτός από τις απολύτως απαραίτητες για την ομάδα.
3. Στο χώρο προπόνησης προσέρχονται μόνο οι απολύτως απαραίτητοι για αυτή.
4. Οι ομάδες που βρίσκονται σε καθεστώς αυξημένης ενεργητικής επιτήρησης αποφεύγουν τα φιλικά παιχνίδια με άλλες ομάδες για όσο διαρκεί το διάστημα αυτό.
5. Στην προπόνηση όλοι, εκτός των αθλητών την ώρα της άσκησης, φοράνε μάσκα.
6. Όλοι οι συμμετέχοντες στη προπόνηση (αθλητές και τεχνικό επιτελείο) αποστέλλουν κάθε πρωί στον ιατρό της Ομάδας SMS ή μήνυμα σε εφαρμογή στο οποίο αναφέρουν συνοπτικά "ΟΚ". Η χρήση της συντομογραφίας γίνεται για διευκόλυνση της διαδικασίας και σημαίνει ότι είναι απύρετοι (γίνεται καθημερινή θερμομέτρηση), δεν νιώθουν εξάντληση, δεν έχουν βήχα ή δύσπνοια ή συμπτώματα κρυολογήματος ή ανοσμία.
7. Όποιος έχει οποιοδήποτε ύποπτο σύμπτωμα παραμένει στην οικία του και ενημερώνει σχετικά τον Ιατρό του Συλλόγου ή της Ομοσπονδίας για αξιολόγηση των ευρημάτων.

**ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΓΓΑ - ΕΟΔΥ**