



- CONMEBOL -

**Protocolo de Recomendaciones médicas
para entrenamientos, viajes y competición
durante la pandemia del COVID-19.**

Versión 2.0
Septiembre 2020

Índice

Introducción.....	4
Información general a tener en cuenta	7
a-Primera Fase – PRE COMPETICIÓN	
1- Protocolo de actuación durante los entrenamientos	14
2- Recomendaciones de aislamiento y cuidados en el domicilio para las personas con síntomas leves	18
3- Pruebas del COVID-19	21
b-Segunda Fase - COMPETICIÓN	
1- Recomendaciones para los viajes	26
2- Recomendaciones para los partidos oficiales	29
Bibliografía	32
Colaboradores	34

Introducción.

Introducción

El mundo, y en consecuencia el deporte, se encuentra inmerso en una situación inédita y excepcional ante la que debemos responder de forma responsable, coordinada y planificada teniendo siempre como premisa preservar la salud como el bien máspreciado, razón por la cual la prevención es de suma importancia.

Desde CONMEBOL buscamos cuidar la salud de los miembros de la familia del fútbol, para cuando las autoridades indiquen la posibilidad de volver a entrenar, se puedan minimizar los riesgos de contagio a un nivel medico aceptable. Desde la Comisión Médica y en conjunto con las Asociaciones Miembro se pone a disposición las siguientes RECOMENDACIONES, que deberán en cada caso ajustarse a las leyes y normas sanitarias de cada país.

Cada club deberá adaptar a sus circunstancias, teniendo en cuenta que existen unas condiciones de seguridad mínima que todos deben cumplir.

Entendemos que la transmisión del COVID-19 no se eliminará a corto plazo, y por ello debemos contemplar posibles brotes recurrentes durante los próximos meses, ya que el COVID-19 es de fácil transmisibilidad, y de un periodo de incubación muy corto, razón por la cual recomendamos a todos los miembros de la familia del fútbol sudamericano extremar la prevención.

Es por todo ello, que la Comisión Médica de la CONMEBOL considera que el proceso de incorporación a los entrenamientos debe realizarse de forma progresiva y guardando las debidas diligencias.

En este protocolo, las recomendaciones a tener en cuenta son las siguientes:

- Medidas de higiene y cuidados necesarios
- Recomendaciones de actuación durante los entrenamientos
- Recomendaciones de aislamiento de jugadores o técnicos
- Pruebas del COVID-19

Información general
a tener en cuenta.

COVID-19 es una enfermedad respiratoria nueva que se identificó por primera vez en Wuhan, China. Actualmente, la propagación se da principalmente de persona a persona.

Síntomas comunes



Fiebre



Cansancio



Tos seca

Síntomas graves



Fiebre alta



Neumonía



Dificultad respiratoria

Otros síntomas frecuentes son la odinofagia (dolor de garganta), dificultad respiratoria (falta de aire), pérdida repentina del gusto y del olfato, cefalea, diarrea y vómitos.

Los síntomas podrían aparecer de 1 a 14 días **después** de la exposición al virus.

¿Cómo se transmite?

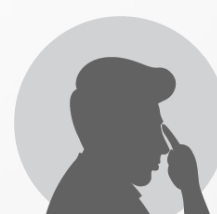
El virus se transmite al hablar y al exhalar el humo del tabaco



Por contacto personal cercano con una persona infectada.



A través de personas infectadas al toser o estornudar o hablar.



Al tocar objetos o superficies contaminadas y luego tocarse la boca, la nariz o los ojos.

Hasta el momento, no hay vacuna ni tratamiento específico, solo tratamiento de los síntomas.

Los casos graves pueden necesitar oxígeno suplementario y ventilación mecánica.



Infórmate a través de fuentes confiables.

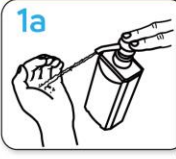
Primera barrera de protección: lavado de manos

¿Cómo desinfectarse las manos?

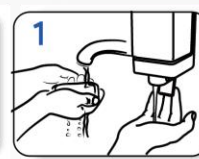
Con un gel a base de 70% - 90%
ALCOHOL

¿Cómo lavarse las manos?

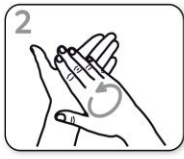
Con agua y jabón

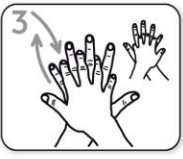
1a  **1b** 

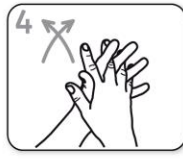
Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies

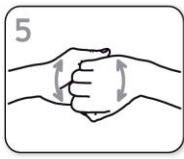
0  **1** 

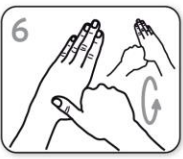
Mójese las manos con agua
Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos

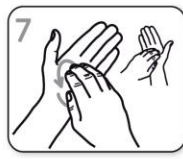
2  Frótese las palmas de las manos entre sí

3  Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa

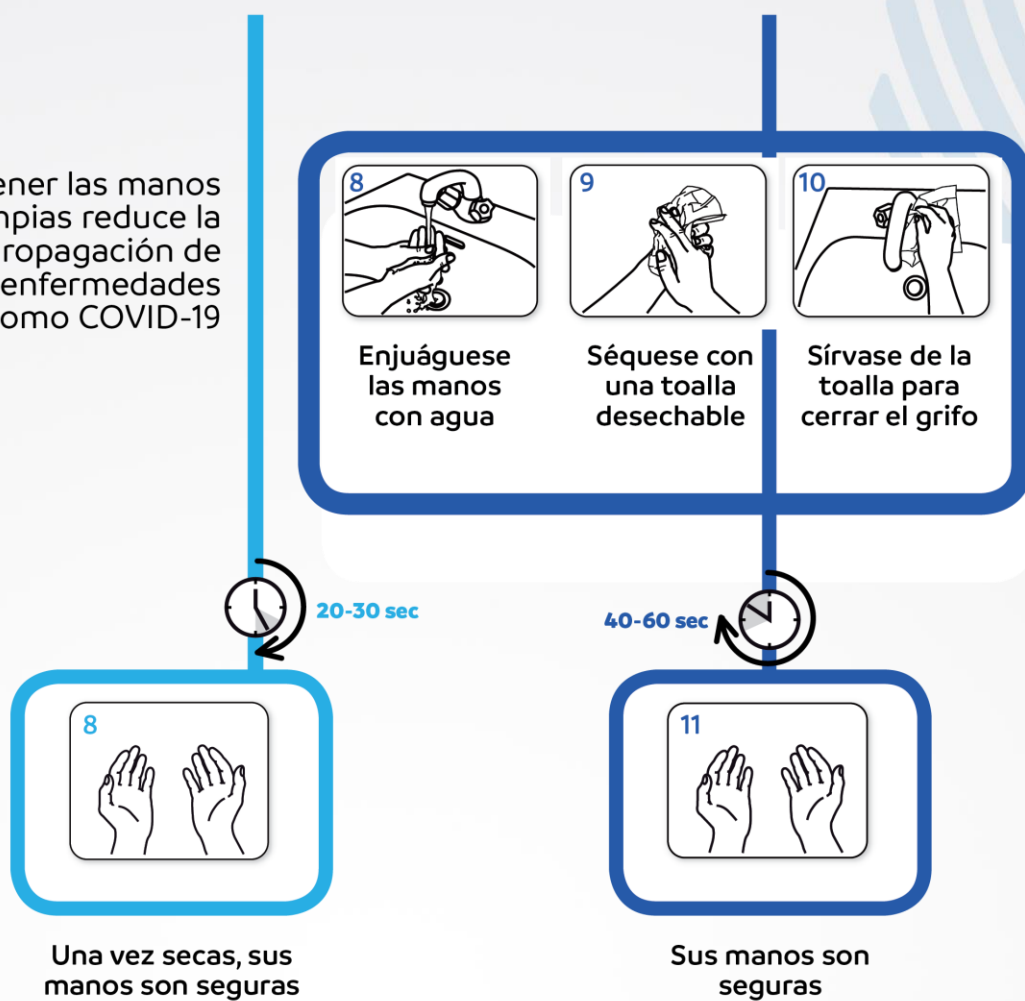
4  Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados

5  Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos

6  Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa

7  Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos

Tener las manos limpias reduce la propagación de enfermedades como COVID-19



Otras barreras de protección



Uso de mascarillas



Uso de guantes



Uso de protección facial



Uso de gafas



Uso de batas

Cómo quitarse los elementos de protección personal (EPP)

- Evita la contaminación para ti mismo, los demás y el entorno.
- Quítate primero los elementos más contaminables.

Paso 1



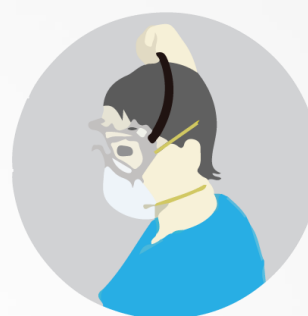
Quítese los guantes y luego la bata.

Paso 2



Higiénícese las manos.

Paso 3



Quítese la protección ocular, desde atrás hacia adelante.

Paso 4



Quítese la mascarilla quirúrgica o respirador desde atrás hacia adelante.

Paso 5



Higiénícese las manos.

¿Cuánto tiempo sobrevive el virus del Covid-19 en las superficies?

Todavía no se sabe cuánto tiempo sobrevive el virus Covid-19 en las superficies, aunque la información preliminar sugiere que el virus puede sobrevivir unas pocas horas.

Los productos desinfectantes pueden matar el virus, eliminando la posibilidad de infección ante el contacto con estas superficies.

Protege a otros de la enfermedad



Evita el contacto estrecho con otras personas sin protección, especialmente si tienen tos y fiebre.



Evita escupir en público.



Si tienes fiebre, tos y dificultad para respirar, busca atención médica temprana y comparte tu historial de viajes con tu proveedor de salud.

- Fortalecer el sistema inmunológico
- 7 o más horas de sueño al día
- Apoyo psicológico para evitar estados de ansiedad
- Alimentación adecuada, de acuerdo con la persona autorizada del club.
- Vacunación tri o tetravalente (influenza) de todo el personal. Esta medida previene el cuadro de influenza, seguido por un cuadro de coronavirus, que agravaría la situación del afectado y el riesgo de complicaciones.

a. Primera Fase

Protocolo de actuación durante los entrenamientos.

Protocolo de actuación durante los entrenamientos

Control médico

- El médico llevará un control diario de síntomas del grupo. Es obligatorio tomar la temperatura del jugador al llegar al club, jugadores con más de 37.4 °C no serán admitidos para entrenamientos.
- El médico conocerá el estado físico y de salud de cada jugador. Estudiará las condiciones de riesgo de contagio en su domicilio y, en su caso, los hábitos de vida que deben ser cambiados. El jugador pasa a ser, desde el momento que está en contacto con otras personas, un transmisor potencial.
- Cada médico de delegación dispondrá de un mecanismo de comunicación, a los efectos que los futbolistas puedan comunicar síntomas en cualquier momento.

Medidas higiénicas recomendables en todas las instalaciones deportivas

¿Quiénes pueden asistir?

Se recomienda la menor asistencia de personas a las instalaciones deportivas, y en caso de ser posible insistir en el trabajo a distancia.

También se recomienda, suspender las visitas e impedir la entrada a las instalaciones de terceras personas y evitar asistencia de personas de mayor riesgo. Seguir las recomendaciones del Ministerio de Salud y Ministerio de Trabajo del país.

Recomendamos trabajar con el médico del club para diferenciar estos dos grupos y establecer medidas especiales de protección para cada uno de ellos.

Toda persona que concurra al entrenamiento o partido debe estar en buen estado de salud. Sin presentar ningún síntoma compatible con COVID-19. Así mismo, se sugiere que ante la presencia de cualquier síntoma compatible se consulte al médico del equipo y se abstenga de concurrir a la institución

Medidas de prevención para ingreso a las instalaciones deportivas:

- La desinfección antes y después de cada entrenamiento es imprescindible, se recomienda desinfectar con hipoclorito de sodio, en forma de lejía o lavandina. La concentración mínima para desinfección es del 5%.
- Antes del ingreso al predio, se le tomará la temperatura con un termómetro infrarrojo NO podrán ingresar personas con temperatura superior a 37.4°C.
- Deberá lavarse las manos de manera correcta y posteriormente aplicarse alcohol en gel.
- No se permitirá el ingreso sin tapaboca, que debe cubrir el mentón, la boca y la nariz.
- Se deberá mantener la distancia, mientras sea posible, de 2 – 2,5 m entre las personas.
- Las puertas de las instalaciones, en la medida de lo posible, quedarán abiertas para evitar tocar los pomos o aperturas.
- No podrán ingresar a las instalaciones deportivas aquellas personas que se encuentre en aislamiento domiciliario por diagnóstico de COVID-19 o ser contacto estrecho de caso de COVID-19, ni tampoco quienes tengan síntomas tales como tos, fiebre, dificultad respiratoria, dolor de garganta, dolores musculares, alteraciones del gusto o el olfato o quienes pertenezcan a los considerados grupos de riesgo.

Entrenamiento en Primera Fase

En todos los casos los clubes deberán respetar los Protocolos de su Asociación Miembro, y las normativas del Ministerio de Salud y Ministerio de Trabajo (o similar) para la vuelta a los entrenamientos.

Sin embargo, para la primera fase de entrenamientos, se recomienda:

- Evitar el uso de los vestuarios y el contacto con terceros que se encuentren fuera de su grupo de entrenamiento. Para ello, deberá acudir al entrenamiento con el uniforme correspondiente, y al culminar, volverá a su casa con la misma ropa, sin ducharse.
- La utilería deberá entregar a cada jugador, en una bolsa cerrada, la ropa que será utilizada para los entrenamientos de los días posteriores, y el jugador deberá devolver la ropa sucia en una bolsa debidamente cerrada, para su lavado en el club.
- La ropa sucia se lavará en el club siguiendo el protocolo de lavado a temperatura alta (entre 60 y 90°C) y jabón habitual. El personal de lavandería, en todo momento deberá utilizar los elementos establecidos por las autoridades competentes y que se encuentran en la segunda barrera de protección.
- Disponer del aprovisionamiento de agua, alimentos y material necesarios para el entrenamiento y evitar entradas y salidas innecesarias.
- Se debe asegurar una hidratación correcta, durante y después del entrenamiento. Se recomienda la utilización de botellas individuales de hidratación y no compartir infusiones (mate, terere) y frutas.
- El almacén del material será desinfectado y también, en la medida de lo posible, el material utilizado en los entrenamientos.
- Los médicos, kinesiólogos y masajistas deberán dividirse según los grupos de entrenamiento.
- El personal solo entrará a las áreas de su competencia.
- Una vez finalizado el entrenamiento se desinfectarán las instalaciones y ventilarán todos los edificios.
- A disposición de cada miembro del equipo deberá haber dispensadores con alcohol 70° o geles desinfectantes y abundante jabón en vestuarios y lavabos.

a. Primera Fase

Recomendaciones de aislamiento y cuidados en el domicilio para las personas con síntomas leves.

Recomendaciones

1. Duración del aislamiento y de las precauciones

- Para la mayoría de las personas con COVID-19, el aislamiento y las precauciones pueden cesar 10 días después del inicio de los síntomas y se mantenga afebril, por lo menos 24 horas antes, sin haber utilizado fármacos antitérmicos y con evidente mejoría de los otros síntomas.
- Solo las personas con enfermedades graves y que tienen una replicación del virus después de 10 días de aislamiento, puede justificar ampliar la duración del aislamiento y mantener la vigilancia hasta 20 días después del inicio de los síntomas.
- Las personas asintomáticas, el aislamiento y otras precauciones pueden cesar 10 días después de la fecha de su primera prueba RT-PCR (+) para RNA del SARS-CoV-2.
- No se recomiendan hacer pruebas, excepto para suspender el aislamiento o en personas muy inmunodeprimidas se podría consultar una estrategia de pruebas diferente establecido por especialistas en enfermedades infecciosas.

- 2. ¿Hay que reiterar la prueba de PCR después de un aislamiento?
- Las personas diagnosticadas de COVID-19 sintomático que permanecen asintomáticos después de la recuperación, no se recomienda repetir la prueba en los 3 meses siguientes.
- Personas que desarrollan nuevos síntomas sospechosos de COVID-19, en los 3 meses después desde la aparición de los primeros síntomas, si no se puede descartar otra etiología alternativa, está justificado hacer una nueva prueba.
- Se recomienda el aislamiento cuando los síntomas aparecen en los 14 días después del contacto con una persona infectada cercana.
- 3. Pruebas serológicas
- Las pruebas serológicas rápidas no deben usarse para establecer la presencia o ausencia de infección o reinfección por SARS-CoV-2.

Normas de aislamiento de personas contagiadas o con sospecha de contagio

- Personas con síntomas (paciente) no podrán acudir a entrenamientos y deberán:
 - Comunicar inmediatamente al médico del Club.
 - Cumplir estrictamente el periodo de aislamiento establecido, de acuerdo con la normativa del país correspondiente. Se recomienda, que en la medida de lo posible sea en una habitación privada con buena ventilación.
- Los artículos domésticos (platos, cubiertos, vasos, toallas, etc....) por él utilizados, deberán limpiarse y desinfectarse con solución que contenga cloro después de cada uso. La persona que lo asista deberá guardar todas las medidas (utilización de los elementos de protección de la barrera dos) para evitar el contagio.
- El vehículo utilizado por el paciente deberá desinfectarse con una solución que contenga cloro y deberá ventilarse por lo cual recomendamos dejar las ventanas del vehículo abiertas.
- Quien asista al paciente, debe ser una persona sana que no tenga enfermedades preexistentes o de base, o se encuentre dentro de las personas del grupo de riesgo. Los pacientes asintomáticos, deberán consultar con el médico si puede realizar actividad física.
- Todos los utensilios utilizados por los pacientes deberán guardar estrictas normas de higiene y ser de su uso exclusivo.
- Se debe guardar cuidado con las toallas y ropas de cama, que deberán ser lavadas a altas temperaturas para su desinfección, y al retirar se recomienda que las mismas no sean sacudidas, para evitar la propagación del virus en el ambiente.

a. Primera Fase
Pruebas del COVID-19.

Realización de pruebas del COVID-19

- Para los entrenamientos cada equipo deberá seguir las recomendaciones de las autoridades de sus respectivos países.

Obligatoriedad de realización de pruebas COVID-19 antes de cada viaje

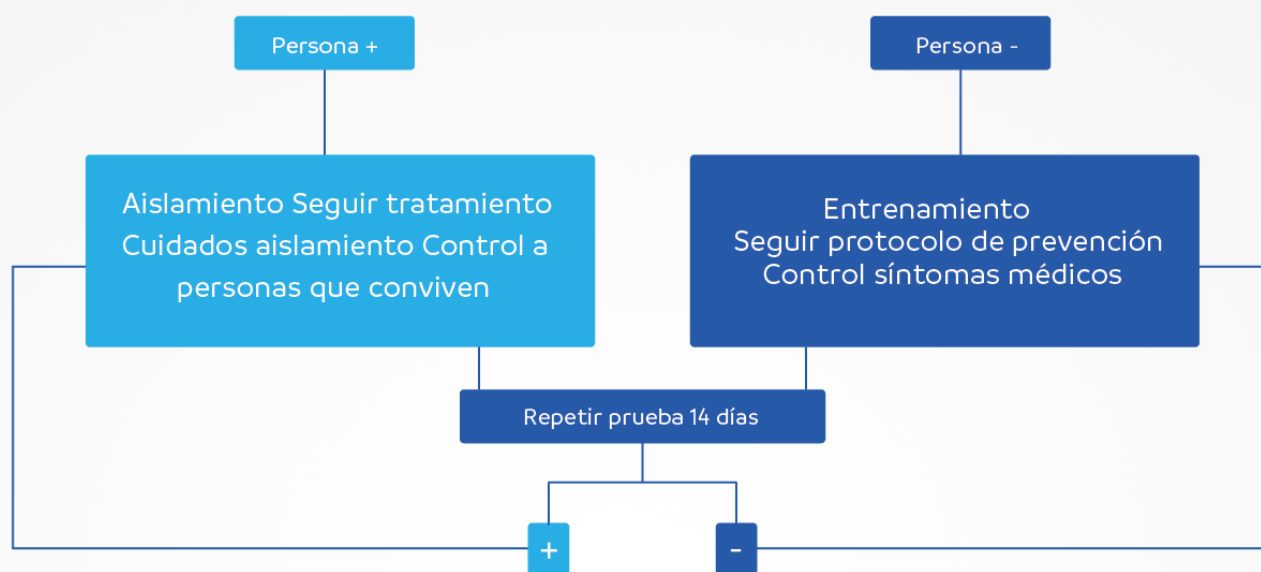
- Para la vuelta de los equipos de Fase de Grupos de la CONMEBOL LIBERTADORES y segunda fase de la CONMEBOL SUDAMERICANA, luego de la pausa por COVID-19, deberán realizar pruebas PCR del COVID-19 (hisopado) a todos los miembros del equipo periódicamente (en el país de origen), aislando a cualquier miembro de la delegación con sospecha de contagio. Todos los equipos participantes en las competencias oficiales CONMEBOL deberán seguir rigurosamente las recomendaciones publicadas en cuanto a los viajes, desplazamientos y entrenamientos, así como los protocolos sanitarios establecidos por las autoridades de cada país.
- Todos los miembros de las delegaciones y personal comprendidos en la ZONA 1 del estadio (Árbitros, Oficiales de Partido, Médicos, Oficial Antidopaje, entre otros) que deban trasladarse desde otros países/ciudades hasta el local del encuentro, deberán realizarse la prueba mencionada no más que 5 días antes del partido, preferentemente 72 horas, y deberán enviar el resultado directamente a la Comisión Médica de CONMEBOL vía correo electrónico resultados@conmebol.com hasta 24hs antes de dicho viaje.
- Posterior a la primera fecha de la vuelta, y antes de cada viaje, se deberá cumplir estrictamente los protocolos sanitarios del país de salida y de destino en su caso (VER ANEXO).
- Para el viaje y el ingreso a otro país, se deberá llevar el registro de las pruebas realizadas y sus resultados, para el caso que la autoridad sanitaria del país de destino, lo solicite. Dicha información de los test realizados a la delegación de cada equipo se ingresará a la plataforma habilitada por la Comisión Médica de Conmebol. <http://portalmedico.conmebol.com/>

- Asimismo, las delegaciones locales y el personal de trabajo del club/estadio en la ZONA 1 del estadio (Pasapelotas, camilleros, Policía, entre otros) que no necesiten trasladarse de una ciudad/país a otra para comparecer al estadio, deberán realizarse la prueba mencionada no más que 5 días antes del partido y deberán enviar sus resultados directamente a la Comisión Médica de CONMEBOL vía correo electrónico resultados@conmebol.com hasta 24 hs previos al inicio de dicho partido.
- Las condiciones de salud de las personas que trabajan en las ZONAS 2 y 3, serán verificadas a través del control de temperatura y por el cuestionario de salud bajo la coordinación el Responsable de Salud de los clubes, designado por el Equipo Local.
- Cualquier caso positivo dentro del plantel del equipo debe ser comunicado de inmediato a la Comisión Médica de CONMEBOL.
- La Comisión Médica de CONMEBOL estará en contacto directo con el jefe Médico de cada
- Club, el mismo será responsable de la revisión médica diaria de todo el plantel.

Resultados (resultados@conmebol.com):

- Personas que den (+) seguirán las recomendaciones de las autoridades sanitarias de cada país.
- Personas que den (-) podrán asistir a las sesiones de entrenamiento.
- Cualquier caso (+) se aislará de inmediato y se realizará la prueba de COVID-19 lo antes posible a todo el grupo que tuvo contacto con él y a las personas que habitan con él.

Actuación según los resultados de la prueba



- El jugador se reincorporará cuando la sintomatología haya desaparecido y las pruebas del COVID-19 sean (-), las cuales deberán ser realizadas a cada semana, o conforme la normativa respectiva.
- No se recomienda la utilización de los llamados test rápidos

Escenario 1.

Plantel Local con Caso Positivo



Escenario 2.

Plantel Visitante con Caso Positivo antes del Viaje



Escenario 3.

Plantel Visitante con Caso Positivo durante el Viaje

(en caso de que exista una exigencia sanitaria para realización de test al llegar al



En los tres Escenarios deben seguirse siempre las indicaciones médicas de los Ministerios de Salud de cada país.

b. Segunda Fase

Recomendaciones para viajes.

Recomendaciones para viajes

Antes de los Viajes

Se deberá cumplir con el protocolo de pruebas citado precedentemente.

Desplazamiento al hotel y aeropuertos

- Antes de subir al bus para ir al aeropuerto, o a los entrenamientos fuera de su país de domicilio, deberá realizarse la misma evaluación médica que las realizadas previas a los entrenamientos / juegos (control clínico del médico del club).
- El vehículo, antes de ser abordado deberá someterse a una escrita desinfección interna, y en el caso que no seas hecha por el personal del club, deberá verificar que la misma haya sido hecha. La desinfección se realizará de acuerdo con la normativa vigente del país respectivo.
- Todos quienes aborden el vehículo deberán utilizar mascarilla y protector facial.
- A efectos de mantener la distancia dentro del vehículo, se recomienda en los autobuses la utilización de los asientos de ventanilla, dejando el resto de los asientos libres.

Alojamiento en hotel

- Si bien la contratación de los hoteles para estadía de los clubes es entera responsabilidad de los clubes visitantes (o que jueguen de local fuera del territorio de su AM), a efectos de seguridad sanitaria se realizan las siguientes recomendaciones:
- Durante su estadía en el hotel, fuera de la habitación, deberán utilizar protección facial y mascarilla.
- Las habitaciones deben desinfectarse adecuadamente antes de ser ocupadas, conforme a la normativa administrativa pertinente. (*)
- Al llegar al hotel, en caso de ser posible, los atletas deberán tener las habitaciones asignadas e ir directamente a ésta. (*)

- Se recomienda:
 - Habitaciones singles para todos los integrantes de la delegación.
 - Todas las habitaciones en el mismo piso, en la medida de lo posible.
- Evitar:
 - Desplazamientos innecesarios por el hotel y lugares donde podría haber aglomeraciones, al igual que contacto con personas extrañas a la delegación.
 - El uso de los ascensores, en la medida de lo posible. En caso de su utilización respetar la cantidad máxima autorizada por la autoridad competente, y evite estar de frente con terceros.
 - Servicio de limpieza por parte de personal del hotel. (*)
- Las comidas (desayuno, almuerzo, merienda y cena) deberán ser en áreas aisladas y exclusivas para cada delegación, respetando la distancia entre terceros de 2 metros. Se recomienda evitar las comidas buffet. Los clubes deberán seguir las medidas de seguridad establecidas por su cuerpo técnico y nutricional. (*)

(*) Solicitamos a los Clubes el estricto control del cumplimiento de las medidas recomendadas.

Durante los viajes aéreos

- Desde la llegada al aeropuerto, y durante todo el vuelo los miembros de la delegación deberán permanecer con tapaboca y protección facial.
- Deberán seguir estrictamente las directrices de las autoridades sanitarias aeroportuarias.
- Se recomienda, en la medida de lo posible:
 - Solicitar a las autoridades aeroportuarias embarque aislado, o solicitar prioridad de embarque.
 - Respetar la distancia mínima de 2 metros entre cada persona.
 - Lavados de manos recurrentes.
- Proporcionar a cada miembro de la delegación alcohol en gel (no mayor a 100ml) y/o toallitas con alcohol para su uso durante el vuelo. (tener en cuenta las medidas de seguridad aeroportuarias respecto al uso del alcohol en gel).

b. Segunda Fase
Recomendaciones para los partidos
oficiales.

Recomendaciones para los partidos oficiales

- El club local deberá desinfectar los vestuarios con hipoclorito de sodio, en forma de lejía o lavandina debiendo permitir al club visitante asistir a la desinfección que deberá realizarse hasta 3 horas antes del inicio del partido.
- Dentro del vestuario deberá cada club poner a disposición de su delegación alcohol en gel y líquido para la desinfección de sus efectos personales.
- El cumplimiento del Protocolo de Operación de partidos COVID-19.

Durante el Juego

Para reducir el riesgo en el contagio de COVID-19,

1) Se prohíbe a los Jugadores y Oficiales de:

- Escupir y sudar la nariz antes, durante y después del partido en el área de competición (campo de juego, banco de reservas).
- Besar el balón antes, durante y después del partido.
- Celebrar los goles en grupo.
- Intercambiar/regalar camisetas o cualquier otra parte de la indumentaria con los rivales o compañeros del mismo equipo o cualquier otra persona.
- Intercambiar banderines o presentes entre ambos capitanes o cualquier miembro del equipo.

2) Será obligatorio para Jugadores y Oficiales:

- Someterse a controles de temperaturas antes del partido.
- Usar botellas individuales de agua o bebidas isotónicas.
- Uso del tapaboca o mascarilla a los jugadores y oficiales que se encuentren en zonas públicas o de competición (jugadores y oficiales en el banco de reservas). A los entrenadores se permitirá sacar la mascarilla únicamente para dar indicaciones a los jugadores en el área técnica, excluyendo el banco de reservas.

* En el caso de que se habilite el flash interview y/o conferencia de prensa post partido, deberá utilizarse tapaboca y máscara facial. El tapaboca siempre deberá cubrir la boca y la nariz.

Las instrucciones sobre la operación del partido constarán en el Protocolo de Operaciones, siendo obligatorio su cumplimiento.

Bibliografía.

Bibliografía

- Ammar A, Brach M, Trabelsi K, et al. Effects of COVID-19 Home Confinement on Eating Behaviour and Physical Activity: Results of the ECLB-COVID19 International Online Survey. *Nutrients*. 2020; 12:1583. (Artículo libre en internet)
- Chen P, Mao L, Nassis GP, Harmer P, Ainsworth BE, Li F. Coronavirus disease (COVID-19): The need to maintain regular physical activity while taking precautions. *J Sport Health Sci*. 2020; 9:103-104.
- Hughes D, Saw R, Perera NKP, Mooney M, Wallett A, Cooke J, Coatsworth N, Broderick C.J The Australian Institute of Sport framework for rebooting sport in a COVID-19 environment. *Sci Med Sport*. 2020; 23:639-663. (artículo disponible)
- Kannan S, Shaik Syed Ali P, Sheeza A, Hemalatha K. COVID-19 (Novel Coronavirus 2019) - recent trends. *Eur Rev Med Pharmacol Sci*. 2020; 24:2006-2011.
- Borges do Nascimento IJ, Cacic N, Abdulazeem HM, von Groote TC, et al. Novel Coronavirus Infection (COVID-19) in Humans: A Scoping Review and Meta-Analysis. *J Clin Med*. 2020; 9:941. (Artículo libre en internet)
- Yeo TJ. Sport and exercise during and beyond the COVID-19 pandemic. *Eur J Prev Cardiol*. 2020; 27:1239-1241.
- <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/duration-isolation.html>

Colaboradores de las Recomendaciones

- Dr. Osvaldo Pangrazio, Presidente de la Comisión Médica de CONMEBOL.
- Francisco Forriol (ESP).
- Daniel Martínez (ARG).
- Donato Villani (ARG).
- Jaime Espinoza (BOL)
- Jorge Pagura (BRA)
- Rodrigo Lasmar (BRA)
- Fernando Yañez (CHI)
- Fernando Radice (CHI)
- Gustavo A. Pineda (COL)
- Carlos Vela (ECU)
- Patricio Maldonado (ECU)
- Ariel Fretes (PAR)
- Luis Mussi (PAR)
- Daniel Pineda (PAR)
- Raúl Huaman (PER)
- Alberto Pan (URU)
- Matilde Miralles (URU)
- Javier Peralta (VEN)
- Juan Carlos Romero (VEN)
- Dr. Sergio Wey.(Bra)



- CONMEBOL -

Confederación Sudamericana de Fútbol
Luque - Paraguay