

# REINTEGRACIÓN DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA EN EL CICLISMO Y EVENTOS MASIVOS.

## ANTECEDENTES.

La Pandemia del **Coronavirus SARS-CoV-2**, por su mordacidad, capacidad de transmisión y elevada **Morbi-mortalidad** causando la **COVID-19**, ha afectado de una forma insospechada a todos los ámbitos de la sociedad, entre ellos al **deporte** en todas sus manifestaciones. Una vez iniciada la desescalada de las extremas medidas de contención de la infección, ha llegado el momento de la reincorporación a la práctica deportiva que no se puede hacer de otra manera que desde el doble objetivo de la protección de la salud del deportista, acompañantes, organizadores y, lo que es más importante, de la protección de la salud del conjunto de la sociedad, por lo que las recomendaciones de reincorporación deportiva no se pueden plantear más que contemplando estos dos principios inviolables.

Además del principal objetivo de este documento, es el de minimizar los contagios por virus **SARS-CoV-2**, no se debe olvidar como objetivo secundario el de minimizar la incidencia de lesionar a deportistas sometidos a un largo desentrenamiento.

La reincorporación a la **práctica deportiva** requiere un explícito compromiso personal de todos los implicados (deportistas, técnicos, directivos y cualquier otra persona integrante del conjunto de actores implicados en el deporte) por lo que deberán controlar su estado de salud y se abstendrán de asistir o participar en un evento deportivo o asistir al mismo ante la más mínima duda de estar afectado por la infección o de haber entrado en contacto con personas infectadas de la misma, porque es indispensable separar a estas personas del grupo deportivo para preservar la salud individual y colectiva.

La **protección de la salud**, al menos desde el punto de vista médico, no entiende de preferencias, por lo que este documento de recomendaciones es de utilidad para todos los deportistas (amateurs, profesionales, alto nivel y aficionados). En caso de que exista alguna consideración específica referida a alguno de estos grupos, se indicará convenientemente.

Este momento exige una **gran prudencia** debido al desconocimiento de los efectos de la pandemia y también, debido a que la actividad física realizada en condiciones de alta intensidad y de gran volumen, que es la forma en la que suelen llevarse a cabo los eventos masivos, tiene un impacto inmunológico negativo por lo que, al menos desde un punto de vista teórico, situaría al deportista ante un mayor riesgo de infección. Por ello, es imprescindible extremar las medidas de **Protección y Seguridad**.

La **reincorporación a la práctica deportiva** depende de varios factores, entre los que el más importante es la situación clínica de los deportistas y resto de personal de asistencia al evento, pero también, el tipo de evento, grado de contacto físico, lugar y medio de

realización, condiciones del evento y posibilidad de poder cumplir con todas las recomendaciones de prevención, entre otros.

Además, los conocimientos que se van adquiriendo son variados, complejos y cambiantes, por lo que se consideran necesarias dos medidas de enorme importancia. La primera nombrar a un médico especialista en **Medicina de la Educación Física y el Deporte** como responsable del evento en cuestión, así los participantes y asistentes podrán cumplir primordialmente con las normas establecidas y, de carácter secundario, establecer un sistema obligatorio, constatable, que confirme las actividades que se hagan, de formación sobre medidas de prevención de la infección por **Coronavirus**. Este documento es una versión inicial que, en función de que se incorporen nuevos conocimientos, se modificará y/o adaptará eventualmente, cuando sea necesario, por otra parte, está sujeta a las directrices que se hagan las **Autoridades Sanitarias y Gubernamentales**.

## 1. TIPOS DE DEPORTE SEGÚN RIESGO DE TRANSMISIÓN

**1.1.** Por el propio deporte. En función del tipo de deporte se, pueden establecer tres niveles de riesgo de contagio por **Coronavirus**.

- Riesgo bajo. Deportes individuales.
- Riesgo medio. Deportes de equipo.
- Riesgo alto. Deportes de combate y de contacto extremo.

**Tabla 1.**

<b>Tabla 1. Clasificación del deporte por riesgo de contacto.</b>		
<b>Riesgo bajo</b>	<b>Riesgo medio</b>	<b>Riesgo alto</b>
* Ajedrez	* Béisbol & Sóftbol	* Baloncesto
* Atletismo	* Fútbol	* Balonmano
* Bádminton	* Fútbol de sala	* Fútbol Americano
* Billar	* Hockey	* Rugby
* <b>Ciclismo</b>	* Hockey sobre hielo	* Boxeo
* Gimnasia	* Hockey patines	* Judo
* Golf	* Pádel	* Karate
* Halterofilia	* Squash	* Kickboxing
* Natación	* Voleibol	* Lucha
* Patinaje sobre hielo	* Waterpolo	* Muaythai
* Pelota		* Tae kwon do
* Petanca		* Otras artes marciales
* Triatlón		
* Tenis		
* Tenis de mesa		
* Tiro con arco		

En términos generales, **El Ciclismo** es considerado un deporte de bajo riesgo de contagio. Sin embargo, se deben considerar y modificar todos los comportamientos que rodean al deporte, en sí, a cualquier actividad atlética y especialidad, deberán ser moderadas las Zonas de Salidas y Llegadas masiva, los comportamientos en Zonas mixtas, Zonas de Expo, Metas, revisión de materiales, etc., etc.,

## 1.2. Por el tipo de deporte-evento.

**En el estado actual de la pandemia**, y a la espera de las indicaciones de salud respecto a su evolución, sólo se puede permitir a los deportistas el reinicio de su práctica deportiva en la fase de preparación física general, en la que, tras la **fase de desentrenamiento**, el deportista se prepara para una futura fase de entrenamiento específico, previo a la participación en evento organizado alguno.

El **reinicio del entrenamiento** no puede realizarse de forma brusca para evitar lesiones del aparato locomotor y otros incidentes médicos y, entre otros aspectos, la **buena tolerancia a las pautas de entrenamiento** será un elemento clave a considerar en la progresión de las cargas. El tipo de entrenamiento que se puede realizar en esta fase dependerá del tipo deporte, prestando una importancia extrema a evitar el posible contacto entre deportistas. Dado que la preparación, entrenamiento y participación en eventos en los deportes de bajo riesgo de contagio, que son individuales (**Tabla 1**). Por lo tanto, se evitarán en medida de lo posible las actividades en grupo, que se consideran de alto riesgo.

En la **fase previa al evento**, se seguirán las pautas de **protección, seguridad e higiene** que se indican en el apartado correspondiente y en congruencia con el **semáforo sanitario**, destacando que los deportistas llevarán equipamiento propio; su mascarilla, guantes y guardarán una distancia mínima de **6 metros**, siempre que la práctica de su deporte lo permita. Se seguirá minimizando en todo lo posible el uso de espacios cerrados y se tratará de priorizar toda actividad al aire libre.

## 2. CONTROL DE LA SALUD PARA TODOS.

**El control de la salud** es una medida insustituible y afectará a todas las personas que acudan a él (deportistas, acompañantes, directivos, etc.). El control de la salud se estructura en las siguientes medidas:

**2.1.** El seguimiento de la **Salud es responsabilidad de cada persona y de carácter individual**, al irse reincorporando en las actividades deportivas y/o participar en un evento (tanto deportista como personal involucrado) cumplimentar una plantilla de seguimiento de síntomas y de otros datos que, como mínimo, son los que se recogen en la **Tabla 2**.

Tabla 2. Planilla de seguimiento personal			
Nombre:		Edad:	
<b>Temperatura</b>			
<b>Síntomas</b>	Tos	Si	No
	Disnea	Si	No
	Cansancio	Si	No
	Somnolencia	Si	No
	Molestias digestivas	Si	No
	Anorexia	Si	No
	Alteraciones del gusto (ageusia, hipogeusia, disgeusia)	Si	No
	Dificultades del olfato (anosmia hiposmia, parosmia, heterosmia)	Si	No
	Problemas dermatológicos	Si	No
	Último entrenamiento mal tolerado	Si	No
	Otro (indicar)	Si	No
<b>Contacto</b>	Sin sospecha de COVID-19	Si	No
<b>con otras</b>	Con sospecha de COVID-19	Si	No
<b>personas</b>	Con COVID-19	Si	No

Derivado de la planilla de seguimiento, el atleta deberá permanecer en su domicilio, no podrá acudir a evento alguno y deberá contactar de carácter inmediato, con el médico de la entidad, mismo que le indicará los pasos a seguir, al **observar las siguientes situaciones:**

- Tener una **temperatura de 37.5** grados centígrados o más.
- Haber contestado “**SI**” a uno de los síntomas.
- Haber establecido un **Contacto de riesgo: o Contacto estrecho** (convivientes, familiares y personas que hayan estado en el mismo lugar que un enfermo mientras presentaba síntomas, a una distancia menor de 2 metros durante un tiempo de al menos 15 minutos). o Haber compartido espacio, sin guardar la distancia interpersonal, con una persona afectada por el **COVID-19**, incluso en ausencia de síntomas, por un espacio de al menos 14 días.

**2.2.** Seguimiento médico del participante. Se considera primordial la vigilancia de la salud del deportista que es responsabilidad del participante y del médico del evento. Se deben realizar los siguientes reconocimientos médicos.

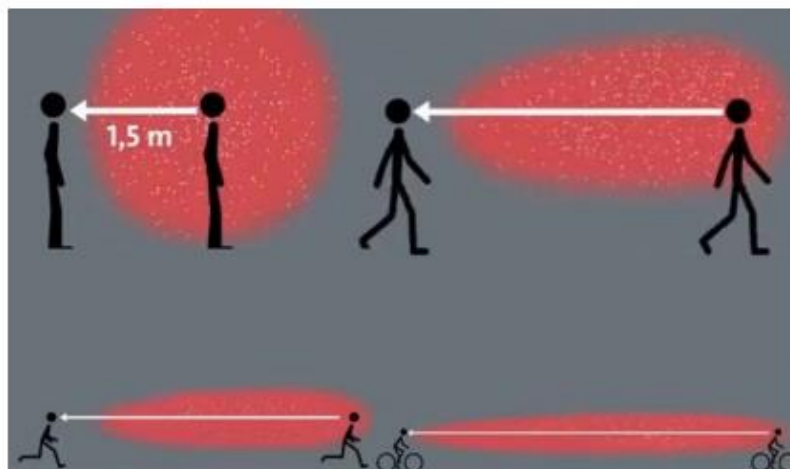
**2.2.1. Reconocimiento médico** antes de la participación en evento ciclista. Este reconocimiento tiene cuatro objetivos:

- Conocer la posible incidencia de problemas con la salud durante el año 2020.
- Detectar los síntomas y signos de la enfermedad **COVID-19**.
- Proporcionar datos a su doctor para individualizar el entrenamiento en cada deportista ante el tiempo sin entrenamientos.
- Conocer **hallazgos** que permitan prevenir lesiones del aparato locomotor.

**2.2.2. Reconocimiento médico diario.** Realizado antes de la sesión de entrenamiento y destinado a comprobar la salud de los participantes, cuyo contenido queda a criterio del médico responsable, pero que deberá incluir la valoración de constantes vitales, especialmente frecuencia cardiaca y temperatura.

### 3. MANTENIMIENTO DE LA DISTANCIA DE SEGURIDAD

**Los ciclistas, y los asistentes** cuando sea posible, guardarán una distancia de seguridad con los deportistas de **seis metros**. El deporte se realiza en condiciones de esfuerzo físico que, en muchas ocasiones, puede ser de intensidad muy elevada. **El germen se transmite por vía aérea**, por lo que la ventilación de la persona es un aspecto fundamental a la hora de establecer las distancias de seguridad. En condiciones de reposo, un adulto moviliza 5-7 litros por minuto. En esfuerzo moderado e intenso, un deportista moviliza más de 150 litros por minuto y algunos, hasta 250, y lo hacen con mucha más fuerza de expulsión del aire espirado y mucha más fuerza de absorción del aire inspirado. Además, hay que considerar que esa **hiperventilación** en ejercicio no cesa instantáneamente al cesar el ejercicio, sino que se mantiene durante varios minutos, por ello deben guardarse las mismas precauciones con los deportistas en periodo de recuperación (banquillos, laterales de los campos, vestuarios, etc...). Por ello, **la distancia de seguridad** recomendada para situación de reposo se deben incrementar en función de ello, concretamente un corredor mantendrá una distancia de **5-6 metros** con su precedente en carrera moderada y de **10 metros en carrera intensa**. En los cruces y adelantamientos, la distancia de seguridad en sentido horizontal hay que aumentarla a 3 metros, y si lo que se hace es ciclismo, debe distanciarse 20 metros respecto al precedente, en velocidad media, y más de 30 en velocidad elevada.



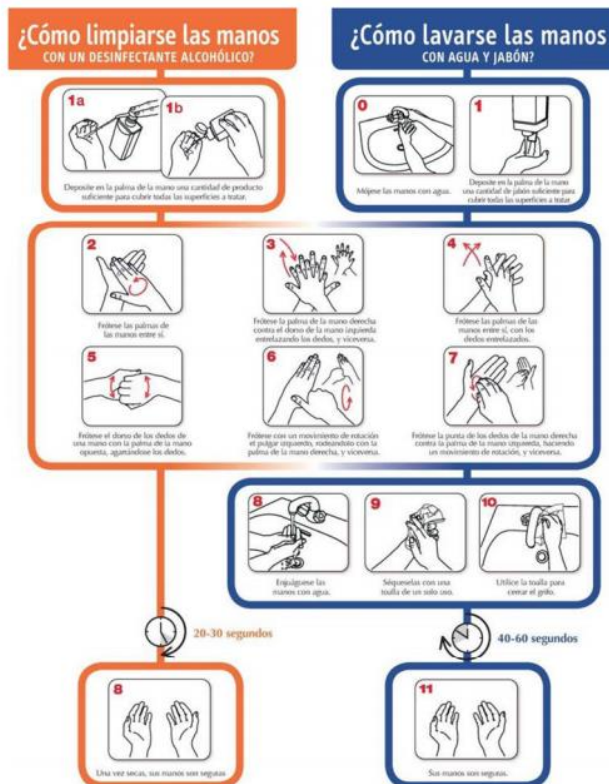
**Figura 1.** Dispersión de las partículas respiratorias en función del esfuerzo realizado.

## 4. MEDIDAS HIGIÉNICAS

**El deportista**, y todos los asistentes, **llevarán guantes, Cubre-bocas, Gafas** y evitará tocar, en lo posible, los objetos y equipamiento colectivos. Las medidas de higiene son un aspecto fundamental. Hay que **extremar la limpieza de manos**, no tocarse cara, ojos, ni nariz, no saludarse con contacto, toser **en flexura de codo**. Además, hay que tratar la ropa de participación con las medidas higiénicas adecuadas, se guardará en una bolsa de plástico hermética y se lavará aparte de otras prendas y a 60°, se desinfectará el calzado cuidadosamente con desinfectantes de contacto. Evitar el contacto de los elementos comunes (logística, etc.,) y efectuar su limpieza y desinfección, tal como se indica a continuación.

**4.1. Higiene de manos.** La higiene de manos es la medida principal de prevención y control de la infección. Deberá realizarse, según la técnica correcta (OMS) y siempre en cada uno de los siguientes momentos: **1. Antes de participar. 2. Después de retirarse los guantes. 3. Después de participar. 4. Al llegar a casa.**

### ANEXO 1. LAVADO DE LAS MANOS



**4.2. Todas las veces que sea necesario** fuera del contexto deportivo, como el resto de la población. El haber utilizado guantes no exime de realizar la correcta higiene de manos tras su retirada. Las uñas deben llevarse cortas y cuidadas, evitando usar anillos, pulseras, relojes de muñeca u otros adornos. En todas zonas de acceso del evento deberá haber **dispensadores de gel desinfectante**, pero si las manos están sucias, antes de usar el gel, hay que **lavarse las manos** adecuadamente.

**4.3. Guantes.** En el evento se usarán guantes, como elemento de barrera. Los guantes se retirarán tras su uso. No deben ser lavados o descontaminados con solución alcohólica. Se debe realizar higiene de manos inmediatamente después de retirarse los guantes. **Se utilizarán en todos los momentos que el evento** lo permita. En todas las zonas del evento (expo, salida, llegada, etc) debe de haber guantes disponibles.

**4.4 Mascarillas.** Se recomienda el uso de mascarillas médicas o higiénicas, pero siguiendo escrupulosamente las instrucciones de uso, porque en caso contrario dan una falsa sensación de seguridad y además no sirven como prevención. **No se aconsejan las mascarillas de filtrado** porque impiden la respiración en esfuerzo. Las mascarillas médicas (también conocidas como mascarillas quirúrgicas) son un producto sanitario que cubre la boca, la nariz y el mentón, asegurando una barrera que limita la transmisión de un **agente infeccioso** entre personas.

**Riesgos del uso de mascarillas** El uso de mascarillas es un elemento de protección pero que tiene importantes limitaciones en el deporte. Por eso se utilizarán en los momentos que el deporte lo permita. Riesgos del uso de mascarillas en el deporte:

- Auto-contaminación. Puede ocurrir al tocar y reutilizar la mascarilla contaminada.
- Dificultad para respirar que depende del tipo de mascarilla.
- Falsa sensación de seguridad, lo que lleva a una posible menor adherencia a otras medidas preventivas como el distanciamiento físico y la higiene de las manos.
- En todas las zonas del evento y en sus zonas debe de haber mascarillas disponibles.

**4.5. Sanitización del evento.**

**El procedimiento de limpieza y desinfección** de las superficies y de los espacios comunes se hará de acuerdo con la política habitual de limpieza y desinfección del lugar o como lo indique la autoridad sanitaria. Existe evidencia de que los **Coronavirus** se inactivan en contacto con una solución de hipoclorito sódico con una concentración al 0,1%, etanol al 62-71% o peróxido de hidrógeno al 0,5%, en un min. Se emplearán los detergentes y desinfectantes habituales autorizados para tal fin (ver Productos virucidas **autorizados en México**) y para la limpieza de las superficies se utilizará material textil desechable.

**La limpieza general** se hará siempre en húmedo, desde las zonas más limpias a las más sucias. La limpieza y desinfección debe ser realizada antes y después de cada evento, pero se debe **limpiar y desinfectar cada vez que haya contactos con manos o hiperventilación**

**próxima a superficies.** Medios de desinfección deben estar disponibles en todas las zonas del evento para ser usados directamente por deportistas o comité organizador.

**4.6. Medidas generales de prevención** del participante y comité organizador. Mantenerse separado de los compañeros a una distancia de unos dos metros dentro del vestuario. **No compartir botes de bebidas ni material deportivo como camisetas, toallas y otro material personal** especialmente en el ámbito deportivo. Tener cuidado con las superficies de contacto compartidas y elementos de higiene personal usados y que no hayan sido lavados previamente. **Desinfectar directamente todo lo que se estime que pueda estar contaminado.**

Al volver a su domicilio **guardará la ropa en una bolsa biodegradable** y la cerrará herméticamente para proceder a su lavado, al menos a 60°. Desinfectará con gel hidroalcohólico el resto de equipo deportivo que haya usado (no olvidar desinfectar las zapatillas con un desinfectante hidroalcohólico, incluyendo las suelas) y pondrá los guantes en otra bolsa biodegradable para ser desechados. Otras medidas:

**Las superficies** donde se debe prestar más atención son las que se tocan con frecuencia: **puertas, mesas, vallas, ventanas, cajones; barandillas, pasamanos, interruptores, botones, teléfono,** superficies que se tocan de electrodomésticos, de mesas, sillas y otros muebles, grifos de agua, etc.

- En primer lugar, es necesario **la limpieza**, de lo contrario la desinfección no es efectiva. Posteriormente, hay que **desinfectar las superficies**, principalmente las de contacto frecuente y el baño.
- Utilizar guantes y ropa destinada a limpieza. Utilizar un paño distinto para desinfectar. Al terminar lavar bien los materiales usados y dejarlos secar bien. Lavarse bien las manos con agua y jabón al terminar.
- Desinfectar o lavar los paños de limpieza frecuentemente, ya que pueden acumular gérmenes. Sumergirlos en agua con unas gotas de lejía durante 10 minutos, aclararlos y dejarlos secar bien, ha demostrado ser eficaz para mantenerlos limpios.
- Los objetos de uso personal como gafas, móviles, teclados, ratón, tarjetas, carteras, bolsos, etc. se limpiarán con frecuencia con los productos indicados por cada fabricante. Para desinfectarlos, cuando el material lo permita.

## **5. CONDICIONES DE LOS LUGARES DE CONCENTRACION**

En los lugares **de gran aforo** se permitirá un aforo máximo del **50% del que es habitual.** Para ello se establecerán los turnos necesarios con limpieza y desinfección entre turno y turno dos veces al día, especialmente de las superficies de contacto manual como puertas, mesas, ventanas, baños, etc... En el momento del inicio de la actividad hay que disponer de una cantidad suficiente de **material de protección** para los participantes (mascarillas, guantes,



soluciones desinfectantes) y para los trabajadores en función de su cometido (mascarillas, guantes, batas, equipos de Protección Individual, equipos para realizar su trabajo, etc...), todo ello cumpliendo las especificaciones técnicas y estándares de calidad marcadas por la autoridad sanitaria. Deberá haber un control estricto del acceso a las instalaciones, restringido a las personas debidamente autorizadas, para poder controlar el aforo que se determine.

En el evento habrá **información clara y concisa de pautas de aseo y normas de comportamiento mediante señalética**, para minimizar el riesgo de contagio, distribuidas por todas partes. Es una medida muy importante comprobar que la temperatura de los asistentes esté por debajo de 37,5 °. Si se detecta una temperatura superior, la persona no accederá al recinto y se le remitirá a consulta con su médico. En la actividad se guardarán en todo momento las **medidas preventivas** indicadas. Los responsables de estos centros de entrenamiento establecerán los horarios necesarios para garantizar que los deportistas guarden las distancias previstas. No se usarán gimnasios ni pabellones cerrados. Antes de la reapertura, los centros de entrenamiento, **deberán realizar una limpieza general a fondo** de todas las estancias y el mobiliario de las instalaciones deportivas. También habrá que realizar limpieza y desinfección más a menudo de lo que está indicado normalmente.

## **6. DESPLAZAMIENTOS AL EVENTO**

Si el deportista debe acudir a una instalación deportiva o lugar de partida esta debe ser un **participante registrado**, que entienda y pueda respetar las previsiones que se indican. A este centro acudirá en su vehículo propio y **en compañía máximo de 1 persona, llevando mascarilla y guantes**.

**El control de la propagación de la enfermedad** requiere medidas preventivas cuya efectividad se basa en el grado de aplicación correcta como sucede con la utilización de mascarillas o con la higiene personal, por poner dos ejemplos. Por ello es imprescindible que todas las personas que se reincorporen al deporte reciban una información clara, fidedigna y exhaustiva de lo que significa la enfermedad y los medios de prevención de la misma. Por lo tanto, se entregará un material informativo y se realizará una video conferencia previa a la que obligatoriamente deberán asistir todas las personas que participen al evento sin excepción: deportistas, técnicos, dirigentes, administrativos, personal sanitario, etc. En la medida en que se produjeran avances significativos en cualquier aspecto de interés referente a la pandemia, o en el caso de que se observara un cumplimiento no adecuado de las medidas de prevención, se realizaría otra sesión informativa.

## **7. PROTOCOLOS DE ACTUACIÓN CICLISTA.**

### **ACCIONES PREVIAS AL EVENTO**

- 1.- Ducharse acción previa al evento, se sugiere por la madrugada del recorrido, en su defecto la noche previa.
- 2.- Limpieza profunda a la Bicicleta y Casco el día previo, se sugiere sanitizar y/o aplicar agua y jabón.

3.- Previsión de equipamiento, integrado de carácter mandatorio con los siguientes componentes; Gafas, Guantes, Bandana, Gorra, Toallitas y Gel anti bacteria, así como Tapabocas, el equipamiento anterior debe estar limpio.

### **EL DÍA DEL EVENTO**

- 1.- Antes de salir aplicar lavado de manos y cara con jabón y agua abundante.
- 2.- Al salir de casa uso de tapabocas, durante el trayecto y arribo a la Zona de salida.
- 3.- Portar el Gel anti-bacteria y Toallitas (hidroalcohólicos o desinfectantes), como parte del equipamiento en el Jersey ciclista.
- 4.- En la zona de salida mantener “Distanciamiento Social” con 2.0 metros entre cada participante, y portando el equipamiento con; Gafas, Guantes, Bandana y Gorra,
- 5.- Al iniciar la ruta podrá cambiar el Tapabocas por la Bandana cubriendo la zona de las fosas nasales y boca.

### **EN RUTA**

1. Mantener “**Distancia Social**” al rodar en por lo menos 2 metros de distancia entre cada participante, usando en todo momento el equipamiento de ruta; Gafas, Guantes, Bandana y Gorra.
2. El flujo nasal debemos orientarnos a la izquierda y expulsarlo mediante la acción de presionar una fosa nasal con el dedo pulgar con la zona del metacarpo, y cubriendo la expulsión con el codo arqueado horizontal. Así la fosa nasal libre expulsa el flujo al exterior, esta labor también es conocida como “**Snot Rocket**” para desalojar secreciones nasales.
3. La sudoración será mitigada con el uso de la gorra ciclista y/o aplicación de toallitas, que se guardarán en el jersey, para posteriormente ser depositadas en las Bolsas de desechos que la organización ha dispuesto para estos fines.
4. Arribo a estaciones de hidratación y/o puntos de avituallamiento, cambiar la Bandana por el tapabocas y aplicar Gel Sanitizante, mantener la “Distancia Social” al prender bebidas y/o alimentos y continuar en ruta.
5. La premiación al término del evento, se llevará a cabo sin aglomerados, por lo que se recogerá el premio y medalla, en el lugar pre determinado por la organización, manteniendo el uso del tapabocas, así como la “**Distancia Social**”, y desalojando a la brevedad la zona de meta.
6. **Staff y Organización** contará con cubre-bocas, gafas, y/o caretas, guantes así como con el equipamiento de prevención, en cada zona de agrupamiento Gel Anti bacteria y Bolsas de desechos.

### **8. ELEMENTOS OBLIGATORIOS POR PARTICIPANTE.**

Cada participante deberá recibir adicional de los regalos de los patrocinadores:

- Cubre boca
- Gel antibacterial

## **9. DE LA LOGISTICA PREVIA Y POSTERIOR AL ARANQUE DEL EVENTO.**

### **9.1. Zona Expo/ entrega de kits.**

Zona expo recibirá nuevas medidas logísticas que incluye además de las ya mencionadas en el presente documento las siguientes:

- Realizarse en zona al aire libre de preferencia.
- Pasillos como mínimo de 5 metros de ancho.
- Señalética de medidas de sanidad en todo momento.
- Verificación de temperatura al ingreso del mismo.
- Permitir la entrada regulada de visitantes y evitar aglomeraciones.
- Firma de carta responsiva de deslinde ante la posibilidad de contagio.

### **9.2 Día del evento.**

Para minimizar el riesgo de **contagio solo se permitirá entrar al corral de participación con cubre bocas** que otorgará el comité organizador y/o cubre bocas que cumpla las medidas sanitarias.

En todas las áreas comunes los ciclistas, acompañantes, comité organizador y autoridades deberán mantener sana distancia y cubre bocas en la medida de lo posible.

La premiación de las categorías se hará por cada una y con 15 minutos de diferencia como mínimo.

Atentamente

Comité Organizador SP

**Nota. Versión 1.1 Emitida el 01 de Junio 2020, las modificaciones posteriores en base a regulación pronunciada; Organización Mundial de la Salud, Entidades Gubernamentales de Salud, Regionales y Locales.**