



# FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO

Stadio Olimpico – Curva Nord 00135 Roma [www.federnuoto.it](http://www.federnuoto.it)

## RACCOMANDAZIONI DA ADOTTARE NELLE PISCINE PER L'ATTIVITA' NATATORIA DI BASE, GLI ALLENAMENTI E LE COMPETIZIONI

Versione del 16 giugno 2022.

Il documento è redatto a cura di:

Per la Federazione Italiana Nuoto:

**Prof. Marco Bonifazi**

Presidente Commissione Medica federale  
Specialista in Medicina dello Sport  
Professore Associato di Fisiologia  
Università degli Studi di Siena

**Geom. Maurizio Colaiacomo**

Responsabile Commissione Impianti federale

**Prof. Roberto Del Bianco**

Consigliere federale Nuoto e Area Formazione

**Dr. Antonio De Pascale**

Consigliere federale Nuoto Sincronizzato  
Dirigente medico ospedaliero  
Ospedale Santo Spirito – ASL RM 1, Roma

**Ing. Giuseppe Marotta**

Consigliere federale Pallanuoto

**Dr. Lorenzo Marugo**

Responsabile sanitario – Medico federale  
Specialista in Medicina dello Sport

**Prof. Giovanni Melchiorri**

Coordinatore medico-scientifico Pallanuoto  
Professore Associato di Metodi e Didattiche delle  
Attività Motorie  
Università degli Studi Tor Vergata, Roma

Hanno contribuito, per gli aspetti virologici e  
epidemiologici, come esperti esterni:

**Prof. Massimo Andreoni**

Professore Ordinario di Malattie Infettive  
Università degli Studi Tor Vergata, Roma

**Prof. Giovanni Di Perri**

Direttore della Clinica di Malattie Infettive,  
Università degli Studi di Torino

**Prof. Francesco Landi**

Professore Associato di Medicina Interna e Geriatria  
Fondazione Policlinico A. Gemelli IRCCS, Roma  
Università Cattolica del Sacro Cuore, Roma

**Prof. Emanuele Montomoli**

Professore Ordinario di Igiene e Medicina Preventiva  
Università degli Studi di Siena

Con la collaborazione del **Dott. Antonello Panza**, Segretario Generale FIN

## **Premessa**

Per la consultazione delle norme di riferimento si rinvia al sito del Dipartimento dello Sport, della Presidenza del Consiglio dei Ministri, consultabile utilizzando i seguenti link:

<http://www.sport.governo.it/it/emergenza-covid-19/normativa-di-riferimento/>

<https://www.sport.governo.it/it/emergenza-covid-19/faq/>

## **Norme specifiche**

- Per i fruitori dei servizi, gli eventuali accompagnatori e il pubblico è consigliato indossare la mascherina protettiva ffp2, nel corso delle attività e competizioni che si svolgono al chiuso;
- Predispone un'adeguata informazione sulle misure igieniche e di prevenzione (vedi allegati 1 e 2). Il gestore dovrà incentivare la divulgazione dei messaggi per facilitare la sensibilizzazione riguardo i comportamenti. Tale informativa dovrà essere comprensibile anche a atleti e operatori sportivi non italiani.
- Programmare le attività in modo da prevenire code e assembramenti di persone e regolamentare i flussi negli spazi comuni, di attesa e nelle varie aree. Se possibile, prevedere percorsi divisi per l'ingresso e l'uscita.
- Favorire modalità di pagamento elettroniche, eventualmente in fase di prenotazione.
- Si suggerisce di organizzare gli spazi e le attività nelle aree spogliatoi e docce in modo da assicurare la distanza di almeno 1 metro.
- Al fine di assicurare un livello di protezione dall'infezione assicurare l'efficacia della filiera dei trattamenti dell'acqua e il limite del parametro cloro attivo libero secondo quanto previsto dalle norme vigenti.
- Prima dell'apertura della vasca dovrà essere confermata l'idoneità dell'acqua alla balneazione a seguito dell'effettuazione delle analisi di tipo chimico e microbiologico dei parametri di cui alla tabella A dell'allegato 1 dell'Accordo Stato Regioni 16.07.2003, effettuate da apposite analisi di laboratorio. Le analisi di laboratorio dovranno essere ripetute durante tutta l'apertura della piscina al pubblico secondo quanto previsto dalle autorità competenti, salvo necessità sopraggiunte, anche a seguito di eventi occorsi in piscina, che possono prevedere una frequenza più ravvicinata.
- Avere il massimo rispetto per l'igiene dell'acqua.
- Regolare e frequente pulizia e disinfezione delle aree comuni, spogliatoi, docce, servizi igienici, cabine, attrezzature: sdraio, sedie, lettini, incluse attrezzature galleggianti, natanti etc. Evitare l'uso promiscuo di oggetti e biancheria: l'utente dovrà accedere alla piscina munito di tutto l'occorrente.
- Si raccomanda al genitore/accompagnatore di avere cura di sorvegliare i bambini per il rispetto del distanziamento e delle norme igienico-comportamentali compatibilmente con il loro grado di autonomia e l'età degli stessi.

## **Disposizioni per persone disabili**

I genitori o familiari o tutor di tesserati con disabilità possono accedere nell'impianto sportivo per favorirne l'ingresso all'impianto e l'accesso al piano vasca. Essi possono attendere in prossimità delle zone, anche in prossimità della vasca, indicate loro e rispettando le distanze di sicurezza se

autorizzati dalla Società per specifico supporto all'attività della persona disabile.

Inoltre, come previsto dall'art. 12, punto 2 del DPCM 3 novembre 2020, *“Le persone con disabilità motorie o con disturbi dello spettro autistico, disabilità intellettiva o sensoriale o problematiche psichiatriche e comportamentali o non autosufficienti con necessità di supporto, possono ridurre il distanziamento sociale con i propri accompagnatori o operatori di assistenza, operanti a qualsiasi titolo, al di sotto della distanza prevista.”*

### **Disposizioni per le competizioni**

- **Zona mista.** L'accesso dei rappresentanti della stampa e degli atleti alla zona mista deve essere normato in modo da assicurare l'opportuna distanza di sicurezza agli uni e agli altri, mediante la suddivisione posizionale degli spazi in essa previsti.
- **Premiazioni.** Sia nella fase di aggregazione degli atleti premiati sia in quella di consegna delle medaglie, i contatti ravvicinati e personali (strette di mano e/o abbracci) tra e verso i premiati dovrebbero essere evitati. E' consigliato l'uso di mascherine ffp2.
- **Giudici e Cronometristi.** Sono tenuti a rispettare le indicazioni di distanziamento interpersonale suggerite dalle indicazioni sanitarie di sicurezza. In particolar modo durante le fasi di sovraffollamento o di avvicinamento ad atleti reduci da sforzo, è raccomandato di indossare la mascherina ffp2 durante lo svolgimento della loro attività nel corso della competizione al chiuso. A tutte le persone presenti al tavolo della giuria è raccomandato di indossare la mascherina ffp2 al chiuso e osservare il distanziamento di almeno un metro.
- Opportuno limitare foto di squadra, cerimonie pre e post partita, strette di mano e abbracci.
- Nel caso di controllo antidoping, dovranno essere previste misure di sicurezza in accordo con quanto previsto dalla F.M.S.I. in conformità alle Linee Guida Covid-19 della Autorità Mondiale Anti-Doping (WADA).

### **Tutela sanitaria**

La tutela sanitaria dell'attività agonistica per gli atleti COVID-19 positivi o presunti tali è disciplinata dalla Circolare del Ministero della Salute Circolare della Direzione Generale della Prevenzione Sanitaria del Ministero della Salute prot. n. 3566 del 18 gennaio 2022, che recepisce integralmente il protocollo FMSI “Ritorno all'attività sportiva agonistica in atleti Covid-19 positivi guariti” (Pubblicazione online 19/01/2022):

**<https://www.trovanorme.salute.gov.it/norme/dettaglioAtto?id=85214>**

La Circolare ministeriale aggiorna la precedente Circolare del 13/01/2021, con l'obiettivo di garantire - anche attraverso le visite mediche finalizzate alla certificazione d'idoneità alla pratica sportiva agonistica - la tutela sanitaria delle attività sportive.

Inoltre, anche in funzione dell'anamnesi individuale e dei contatti avuti oltre che della situazione epidemiologica locale, è opportuno che gli atleti e i componenti dello staff si sottopongano al tampone naso-faringeo rapido o molecolare a giudizio del medico sociale o del medico curante nel corso della stagione agonistica, quando ritenuto necessario anche in funzione degli impegni sportivi, fermo restando l'intervento dell'autorità sanitaria nelle situazioni previste dalle norme.

### **Gestione dei casi sintomatici**

In accordo con le Linee-Guida dell'Ufficio Sport presso la Presidenza del Consiglio dei Ministri del 4 maggio 2020) si dovrà prevedere:

- L'identificazione di un luogo dedicato all'isolamento ove ricoverare temporaneamente coloro che dovessero manifestare insorgenza di sintomi riconducibili a Covid-19 durante le attività sportive;
- La messa a punto di una procedura per la gestione dell'operatore sportivo o di altra persona presente nel sito sportivo che dovesse manifestare sintomi riconducibili a Covid-19 durante le attività sportive.

In particolare, nel caso che una persona dovesse manifestare all'interno dell'impianto sportivo sintomi che potrebbero essere riconducibili a contagio da COVID-19, è necessario:

- provvedere al suo isolamento in un locale dedicato in attesa dell'intervento dei sanitari per l'espletamento delle procedure di soccorso e di sanità pubblica;
- richiedere assistenza immediata di un Medico;
- eseguire, per quanto possibile, una ricognizione per l'identificazione delle persone con le quali la persona è entrata in contatto, in modo da facilitare gli eventuali accertamenti disposti dall'autorità sanitaria competente in caso di positività, nel rispetto delle norme per la privacy;
- nei locali dove abbia soggiornato una persona successivamente risultata COVID positiva la pulizia e sanificazione dovranno essere fatte secondo le disposizioni della circolare del Ministero della Salute n. 5443 del 22 febbraio 2020.

Secondo la circolare del Ministero della Salute del 9 marzo 2020, n. 0007922, un caso sospetto di Covid-19 che richieda esecuzione di test diagnostico è definito come segue:

1. *Una persona con infezione respiratoria acuta (insorgenza improvvisa di almeno uno tra i seguenti segni e sintomi: febbre maggiore di 37,5°, tosse e difficoltà respiratoria) e senza un'altra eziologia che spieghi pienamente la presentazione clinica e storia di viaggi o residenza in un Paese/area in cui è segnalata trasmissione locale, durante i 14 giorni precedenti l'insorgenza dei sintomi; oppure*
2. *Una persona con una qualsiasi infezione respiratoria acuta e che è stata a stretto contatto con un caso probabile o confermato di COVID-19 nei 14 giorni precedenti l'insorgenza dei sintomi; oppure*
3. *Una persona con infezione respiratoria acuta grave (febbre e almeno un segno/sintomo di malattia respiratoria – es. tosse, difficoltà respiratoria) e che richieda il ricovero ospedaliero (SARI) e senza un'altra eziologia che spieghi pienamente la presentazione clinica.*

Se un componente di una squadra dovesse risultare positivo al tampone naso-faringeo sarà isolato e seguirà il percorso previsto dalle autorità sanitarie competenti.

### **Gestione degli infortuni**

In caso di evento traumatico nel corso della seduta di allenamento o della gara, o uno qualsiasi dei soggetti presenti all'interno dell'impianto dovesse richiedere assistenza, dovranno essere osservate le seguenti disposizioni:

- le persone addette al primo soccorso dovranno indossare mascherina e guanti e fornire la mascherina alla persona che necessita assistenza qualora questa ne sia priva;
- la persona soccorsa, verificata l'impossibilità di riprendere l'attività, dovrà essere accompagnata dal soccorritore in uno spazio destinato al primo soccorso per una più completa valutazione e l'eventuale trasporto presso un Pronto Soccorso ospedaliero;

### **Gestione delle terapie fisiche**

- Le metodiche fisioterapiche strumentali devono essere fatte in un ambiente sanificato e dotato, oltre dei detergenti per le mani, anche di prodotti per la sanificazione dello strumentario che deve essere eseguita alla fine di ogni trattamento e su ogni macchinario utilizzato.
- All'interno del locale, durante il trattamento, dovranno essere presenti solo il fisioterapista e l'atleta da trattare.
- Il terapeuta deve essere munito di mascherina e, se necessario, può essere opportuno l'uso di una visiera protettiva. Alla fine di ogni trattamento, i guanti e la mascherina devono essere cambiati e la visiera sanificata.
- Gli atleti dovranno indossare la mascherina durante la fisioterapia.
- I lenzuoli copri-lettino devono essere del tipo "usa e getta".
- La ventilazione del locale adibito deve essere la massima possibile e dovrà essere considerato fra un trattamento e l'altro il tempo necessario per sanificare i macchinari.

\*\*\*\*\*

### **Elenco allegati:**

All. 1 - Norme igienico-sanitarie e buone prassi (FMSI, 14 aprile 2020)

All. 2 - Indicazioni per gli utenti

## **Allegato 1. NORME IGIENICO-SANITARIE E BUONE PRASSI (FMSI, 14 aprile 2020)**

Trattasi di alcune semplici ma fondamentali norme igienico-sanitarie, da considerare da parte delle società e dei custodi degli impianti sportivi sia negli spogliatoi, sia nei locali comuni e nei servizi igienici degli impianti, atte a prevenire la diffusione del coronavirus durante le gare e negli allenamenti.

Tali norme vanno esposte ben visibili a tutti e rispettate non solo dagli atleti, ma anche da accompagnatori, arbitri, allenatori, dirigenti, massaggiatori, spettatori e addetti ai lavori.

- 1) Non bere dalla stessa bottiglietta/borraccia/bicchiere né in gara né in allenamento, utilizzando sempre bicchieri monouso o una bottiglietta nominale o comunque personalizzata, e non scambiare con i compagni altri oggetti (asciugamani, accappatoi, ecc.).
- 2) Evitare di consumare cibo negli spogliatoi.
- 3) Riporre oggetti e indumenti personali nelle proprie borse, evitando di lasciarli esposti negli spogliatoi o in ceste comuni.
- 4) Buttare subito negli appositi contenitori i fazzolettini di carta o altri materiali usati come cerotti, bende, ecc.
- 5) Lavarsi accuratamente le mani il più spesso possibile: il lavaggio e la disinfezione delle mani sono decisivi per prevenire l'infezione. Le mani vanno lavate con acqua e sapone per almeno 20 secondi e poi, dopo averle sciacquate accuratamente, vanno asciugate con una salvietta monouso; se non sono disponibili acqua e sapone, è possibile utilizzare anche un disinfettante per mani a base di alcol al 60%.
- 6) Evitare, nell'utilizzo di servizi igienici comuni, di toccare il rubinetto prima e dopo essersi lavati le mani, ma utilizzare salviette monouso per l'apertura e la chiusura dello stesso.
- 7) Favorire l'uso di dispenser automatici con adeguate soluzioni detergenti disinfettanti, sia negli spogliatoi, sia nei servizi igienici.
- 8) Non toccarsi gli occhi, il naso o la bocca con le mani non lavate.
- 9) Coprirsi la bocca e il naso con un fazzoletto -preferibilmente monouso- o con il braccio, ma non con la mano, qualora si tossisca o starnutisca.
- 10) Arieggiare tutti i locali il più spesso possibile.
- 11) Disinfettare periodicamente tavoli, panche, sedie, attaccapanni, pavimenti, rubinetti, maniglie, docce e servizi igienici con soluzioni disinfettanti a base di candeggina o cloro, solventi, etanolo al 75%, acido paracetico e cloroformio.
- 12) In caso di attività sportiva in vasca, richiedere un costante monitoraggio dei parametri chimici (cloro o altre soluzioni disinfettanti) e dei parametri fisici (tra cui, il pH o la temperatura, che influisce sul livello di clorazione).
- 13) Gli atleti che manifestino sintomi evidenti di infezione respiratoria in atto e/o febbre devono immediatamente abbandonare il resto della squadra - e, possibilmente, isolarsi - e avvisare il medico sociale nelle squadre professionistiche o il responsabile medico della federazione nei raduni federali, che provvederà a rivolgersi - se ne sussistesse l'indicazione - al Numero 112 o al Numero 1500 del Ministero della Salute operativo 24 ore su 24, senza recarsi al Pronto Soccorso.
- 14) In tutte le altre categorie, l'atleta -fermo restando che deve immediatamente abbandonare il resto della squadra e, possibilmente, isolarsi - deve rivolgersi telefonicamente al proprio medico curante (Medico di medicina generale per gli adulti, Pediatra di libera scelta per i minori), che potrà invitare l'atleta stesso a rivolgersi al Numero 112 o al Numero 1500 del Ministero della Salute operativo 24 ore su 24, senza recarsi al Pronto Soccorso.
- 15) Per chi non fosse ancora vaccinato contro l'influenza, consigliare il più rapidamente possibile il

vaccino antiinfluenzale, in modo da rendere più semplice la diagnosi e la gestione dei casi sospetti. Da monitorare anche la sintomatologia gastrointestinale (non necessariamente tipica).

- 16) Informarsi dagli atleti e dal personale societario se ci sono stati eventuali contatti in prima persona o all'interno del proprio ambito familiare con persone rientrate da zone a rischio o in quarantena.
- 17) Utilizzare la visita medico-sportiva quale fondamentale strumento di screening, attraverso un'attenta anamnesi ed esame obiettivo per l'individuazione di soggetti potenzialmente a rischio immunitario o con sintomatologia.
- 18) In caso di raduni nazionali di atleti o di manifestazioni di circuito internazionale autorizzate anche all'estero, prevedere sempre la presenza di un Medico di Federazione che possa valutare clinicamente, a livello preventivo, tutti i partecipanti, identificando eventuali soggetti a rischio e adottando le più idonee misure di isolamento, seguendo adeguate procedure gestionali secondo gli indirizzi del Ministero della Salute.
- 19) Con riferimento ai Medici Sociali e, in particolare, a quelli delle squadre professionistiche o degli atleti professionisti ai sensi della Legge 23 marzo 1981, n. 91 e comunque di tutte quelle Società i cui atleti svolgono attività a livello internazionale, monitorare con attenzione i Paesi verso cui si è diretti o da cui si rientra, secondo le indicazioni del Ministero della Salute.
- 20) Favorire la presenza negli spogliatoi sempre dello stesso personale autorizzato, limitando il numero di accessi.
- 21) Limitare agli addetti strettamente necessari allo svolgimento della gara l'accesso al campo.
- 22) In occasione dei controlli antidoping, predisporre -oltre a salviette monouso per la copertura del tavolo- soluzioni disinfettanti per il lavaggio delle mani da utilizzarsi solo dopo il controllo, mentre prima del controllo il lavaggio delle mani deve avvenire solo con acqua in conformità alle disposizioni WADA.
- 23) Una particolare e responsabile attenzione deve essere prestata ai settori giovanili, previo adeguamento alle disposizioni governative e alle indicazioni federali, sensibilizzando le Federazioni stesse ad assumere indirizzi univoci e coordinati.
- 24) È consigliabile che il personale sanitario e parasanitario, medico e dei massaggiatori, che viene in costante contatto con gli atleti e, in particolare, con quelli delle squadre professionistiche, non operi contestualmente in ambienti o effettui attività esterne che possono essere a rischio di contagio.
- 25) Fermo restando le limitazioni di cui al precedente punto 2 circa la necessità di evitare di consumare cibo negli spogliatoi, per quanto riguarda gli sport professionistici identificare appositi spazi per la reintegrazione post-gara.
- 26) È consigliabile evitare la presenza di operatori televisivi per le riprese all'interno degli spogliatoi nei momenti pre-gara, trovando condivisa soluzione ove esistano obbligazioni contrattuali specifiche negli sport professionistici.

## **Allegato 2. Indicazioni per gli utenti**

Agli utenti è raccomandato di attenersi alle seguenti misure igienico-sanitarie:

1. Lavarsi spesso le mani. Usare le soluzioni idroalcoliche per il lavaggio delle mani;
2. Evitare il contatto ravvicinato con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute;
3. Evitare abbracci e strette di mano;
4. Mantenere, nei contatti sociali, una distanza interpersonale di almeno un metro;
5. Praticare l'igiene respiratoria (starnutire e/o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie);
6. Evitare l'uso promiscuo di bottiglie e bicchieri, in particolare durante l'attività sportiva;
7. Non toccarsi occhi, naso e bocca con le mani;
8. Coprirsi bocca e naso se si starnutisce o tossisce;
9. Non prendere farmaci antivirali e antibiotici, a meno che siano prescritti dal medico;
10. Pulire le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol;
11. E' consigliato, salvo quando espressamente previsto dalle norme, utilizzare mascherine di tipo ffp2 in tutti i contatti sociali come misura aggiuntiva alle altre misure di prevenzione individuale igienico-sanitarie.
12. Non scambiare con altri oggetti di uso personale (asciugamani, accappatoi, ecc.).
13. Evitare di consumare cibo negli spogliatoi.
14. Riporre oggetti e indumenti personali nelle proprie borse, evitando di lasciarli esposti negli spogliatoi o in ceste comuni.
15. Buttare subito negli appositi contenitori i fazzolettini di carta o altri materiali usati come cerotti, bende, ecc.
16. Evitare, nell'utilizzo di servizi igienici comuni, di toccare il rubinetto prima e dopo essersi lavati le mani, ma utilizzare salviette monouso per l'apertura e la chiusura dello stesso.
17. In acqua è vietato sputare, urinare, soffiarsi il naso. Se necessario, utilizzare a questi scopi i servizi igienici prima di entrare in acqua.

*Tratte da:*

- *DPCM 26 aprile 2020 (allegato 4)*
- *Norme igienico-sanitarie e buone prassi della Federazione Medico Sportiva Italiana. 14 aprile 2020.*
- *Emergenza COVID-19. Misure di sicurezza da adottare negli impianti sportivi dotati di piscina e palestra pr la fase 2. Federazione italiana Nuoto. 27 aprile 2020*