

REPUBLIQUE ALGERIENNE DEMOCRATIQUE ET POPULAIRE
MINISTERE DE LA JEUNESSE ET DES SPORTS
CENTRE NATIONAL DE MEDECINE DU SPORT

**Protocole sanitaire de reprise des entraînements et des championnats
nationaux de Natation**

I / Préambule :

Dans le cadre de la levée progressive du confinement entamé par les autorités, qui concerne le secteur des sports notamment, la préparation à la reprise des entraînements et des championnats nationaux de Natation, est à l'ordre du jour.

L'Algérie est actuellement en situation épidémiologique active par rapport à la COVID-19. Malgré la tendance baissière des chiffres des derniers jours, nous ignorons l'évolution de l'épidémie, les fluctuations ultérieures ne peuvent être prédites.

Les enjeux sanitaires et économiques imposent la prudence et la spécification de la population concernée par la reprise sportive, qui requiert le respect et la préservation de la sécurité sanitaire de la population sportive et générale.

La base de la prévention de la COVID-19 reste la distanciation sociale et les mesures d'hygiène.

II/ Mesures générales :

Celles-ci –applicables aux sportifs et à leur entourage– concernent les modalités de gestion et d'organisation des infrastructures sportives, d'hébergement, de restauration, ainsi que de chaque lieu par lequel transite le sportif :

- L'eau des piscines doit être filtrée, désinfectée et désinfectante. ; le taux de chloration peut être augmenté et maintenu dans la fourchette haute des normes en vigueur (entre 0.8 et 1.4 mg/l de chlore actif).
- Analyse régulière de l'eau du bassin
- Mise en œuvre d'analyse et de mesures de prévention du risque liée à la légionellose **15 jours** avant l'ouverture des piscines.
- Aération des lieux par ouverture impérative des fenêtres
- Contrôle de la température corporelle à l'entrée des piscines (pistolet frontal)

- Strict respect des mesures de distanciation sociale et physique ;
- Proscription de tout contact physique social, tel que les poignées de mains, accolades ou embrassades ;
- Prise de **douche savonnée obligatoirement** avant de pénétrer dans le bassin passage obligatoire par le pédiluve.
- Sensibilisation des athlètes et acteurs gravitant autour, par des moyens de communication sémiologique simples ;
- Hygiène rigoureuse des mains (lavages réguliers / SHA), après manipulation de tout matériel (commun à fortiori) ou surface inerte ;
- Restriction du nombre de personnes accédant aux infrastructures d'entraînement (entraînement à huis clos) ;
- Mise en place de créneaux horaires, à respecter scrupuleusement ;
- Mise en place d'un plan de gestion des flux, notamment au niveau des zones d'accès et des goulots d'étranglement ;
- Organisation de la circulation avec marquage au sol ;
- Veille au respect du port obligatoire du masque par **tous**, sportifs y compris et ce sauf considération spécifique (entraînements) ;
- Veille à l'hygiène et à l'organisation sanitaire des structures et locaux (plan de nettoyage) ;
- Hygiène stricte des douches et sanitaires ;
- Accès aux douches et vestiaires par petits groupes ;
- Augmentation de l'effectif du personnel de nettoyage ;
- Au niveau des vestiaires :
 - Marquage au sol (gestion du flux)
 - Condamnation d'un casier sur deux

III/ Procédures d'ordre administratif :

- Mise en place d'une commission de surveillance de la veille à l'application du protocole sanitaire :
 - Désignation d'un « COVID Manager » obligatoirement médecin, au sein de chaque équipe, responsable de la veille à la stricte application de toutes les consignes ;
 - Responsabilisation des athlètes et staffs, chacun à son échelle, avec engagement écrit et signé ;
 - L'athlète et les membres du staff s'engagent à signaler tout symptôme pouvant se rapporter à la COVID-19 dès son apparition, ou tout contact proche avec un COVID+, et à ne pas se présenter à l'entraînement le cas échéant ;
 - Exclusion de toute personne ne respectant pas les règles de prévention édictées ;
 - Tenue d'un registre recensant toutes les personnes accédant aux diverses structures afin de faciliter l'enquête épidémiologique si un cas positif est déclaré ;
- Déterminer les catégories d'âge concernées par la reprise sportive ;

- Impérativité d'anticiper le volet relatif aux calendriers des compétitions, afin de mieux sécuriser le processus de reprise.
- La réouverture des piscines au public n'est pas encore envisagée vue la situation sanitaire actuelle.

IV / Mesures préventives d'ordre médical :

- **Visite médicale** de non contre-indication à la pratique sportive (COVID-19)
- Sensibilisation des athlètes et staffs par les **médecins des clubs** et fédérations ;
- Responsabilisation des athlètes et staffs, chacun à son échelle, avec engagement écrit et dûment signé ;
- Suivi régulier par les médecins de clubs des athlètes et staffs concernés, basé sur l'analyse clinique et para clinique, notamment par dépistage PCR :
 - A la reprise des entraînements
 - Avant tout stage de regroupement sportif
 - 72h avant les compétitions
 - Pour tout cas suspect (symptomatologie ou contact confirmé)
 - Avant et après les déplacements à l'étranger
- Apports nutritionnels adaptés, supplémentation en vitamines du groupe B, C et D et en oligoéléments antioxydants dont zinc et magnésium ;
- Repos et sommeil suffisants.

❖ DEPISTAGE COVID 19 :

- Impérativité du dépistage et suivi PCR ;
- Les tests sérologiques rapides (détection de l'anticorps) ne constituent pas et ne devraient en aucun cas être un substitut à la PCR ;
- Le test rapide d'antigène de la COVID-19 (validé par l'IPA), présente des avantages en termes de vitesse, simplicité et accessibilité ; et pourrait constituer une alternative à la PCR en cas d'impossibilité de réaliser un test RT-PCR, ceci n'est valable que pour dépister les sujets symptomatiques et ceux asymptomatiques ayant eu un contact proche avec une personne confirmée COVID19 par RT-PCR ;
- Les sportifs symptomatiques dépistés positifs doivent être pris en charge conformément au protocole thérapeutique ;
- En présence d'un cas avéré de sportif **asymptomatique** avec une RT-PCR positive, un confinement à domicile de deux semaines s'impose, avec surveillance médicale, suivi d'une

troisième semaine de convalescence (levée de confinement) à la fin de laquelle le sportif bénéficie d'un contrôle médical comprenant :

- Un examen clinique complet ;
- Un bilan biologique complet ;
- Une exploration cardiovasculaire avec ECG et écho-doppler cardiaque et vasculaire ;
- Une exploration respiratoire avec EFR ou spirométrie s'il développe un quelconque signe respiratoire (dyspnée ou toux à l'effort, ou autre)

Au terme de cette exploration, si les résultats ne révèlent aucune anomalie, le sportif peut reprendre ses activités sportives et une attestation d'une durée de trois mois lui est délivrée pour ne pas pratiquer de test RT-PCR.

Dans tous les cas, la surveillance médicale doit être de règle.

L'interprétation des résultats biologiques ne doit pas se faire indépendamment des données cliniques et anamnestiques.

- Tous les cas positifs devront être déclarés au SEMEP (service d'épidémiologie et de médecine préventive) des localités concernées.

V/ Concepts préventifs lors de l'entraînement :

- Port du masque et respect de la distanciation physique : le respect des distances ci-infra doit être impératif lors des séances d'entraînement,
- Entraînement hors du bassin :
 - Un marquage au sol pouvant servir de repère aux athlètes et entraîneurs :
 - Au repos : 01 mètre ;
 - Effort statique : surface de 04 mètres carrés ;
 - Effort dynamique : 16 mètres carrés ;
 - Course : 10 m linéaires ;
- Limitation stricte et régulation du flux d'athlètes accédant aux espaces fermés notamment salle de musculation, avec jauge maximale de 16 m² par personne (exemple : une salle de 160 m² a une capacité maximale de 10 personnes) avec désinfection du matériel après chaque passage ; les salles doivent être spacieuses et bien ventilées ;

- Entraînement dans le bassin :
Le nombre de nageurs est limité à :
06 athlètes par couloir d'un bassin de 25 mètres
12 athlètes par couloir d'un bassin de 50 mètres
Eviter le regroupement au bout des lignes
- Le matériel utilisé doit être strictement personnel
- Nettoyage et désinfection régulière de tout matériel commun (notamment pédagogique et en salle de sport) ;
- Bouteilles d'eau strictement personnelles (à numéroté) ;

La veille au respect des consignes suscitées se fera sous la responsabilité du
« Covid Manager » (médecin du club)

- Prévention des blessures par un entraînement graduel, respectant la progressivité PPG-PPS la durée de la phase des entraînements doit être de 6 – 8 semaines ;
- Maintien d'une intensité modérée lors des entraînements, sans dépasser 80% de la VMA lors de la phase PPG ;

VI/ HTR (en cas de regroupement) :

Valable pour tous les personnels (HTR/ staffs) et tous les athlètes :

- Hygiène** rigoureuse des mains
- Masque chirurgical **obligatoire**, en **tous lieux** et **pour tous**
- Respect des mesures de distanciation sociale.**

- Hébergement : (lors des stages de regroupement)
 - Chambre individuelle pour chacun ;
 - Sanitaires et salles d'eau individuelles ;
 - Aération naturelle efficace ;
 - Climatisation interdite dans les espaces communs ;
 - Masque chirurgical obligatoire pour tous (personnel de l'hôtel notamment) dans les lieux communs, avec respect des mesures de distanciation.

- Transport :
 - Utilisation de grands autobus ;
 - Occupation d'un siège sur deux ;
 - Libération d'une ligne sur deux ;
 - Aération efficace ;
 - Masque chirurgical obligatoire pour tous (athlètes, staffs et chauffeur)
- Restauration :
 - Masque chirurgical obligatoire en permanence pour le personnel de cuisine et de service ;
 - Positionnement en quinconce, dans le respect des mesures de distanciation (1,5 m entre chaque personne, en quinconce) ;
 - Accès au restaurant par petits groupes (éviter les goulots d'étranglement) ;
 - Stricte observance des mesures d'hygiène (personnel et athlètes)

La veille au respect de toutes les consignes suscitées se fera sous la tutelle des responsables des fédérations et des clubs, notamment du « COVID Manager ».

VII / Conclusion :

La levée progressive du confinement étant en cours, le secteur du sport n'est pas en reste, le projet de reprise est imminent.

Aussi grande que puisse être notre vigilance, nous sommes conscients que les protocoles et les mesures édictés et présentés dans ce manuel, élaboré dans le cadre de la prévention de la COVID-19, de la protection des athlètes et de la population, peuvent être émaillés d'insuffisances et de difficultés de mise en œuvre sur terrain ; il est de ce fait impératif que tous les acteurs dont athlètes, staffs, et personnel gravitant autour soient dûment impliqués, et que la responsabilité individuelle de chacun soit pleinement engagée.

Le document ci-présenté sera probablement sujet à des mises à jour qui dépendront de l'évolution de la situation sanitaire et des recommandations gouvernementales.

- Transport :
 - Utilisation de grands autobus ;
 - Occupation d'un siège sur deux ;
 - Libération d'une ligne sur deux ;
 - Aération efficace ;
 - Masque chirurgical obligatoire pour tous (athlètes, staffs et chauffeur)

- Restauration :
 - Masque chirurgical obligatoire en permanence pour le personnel de cuisine et de service ;
 - Positionnement en quinconce, dans le respect des mesures de distanciation (1,5 m entre chaque personne, en quinconce) ;
 - Accès au restaurant par petits groupes (éviter les goulots d'étranglement) ;
 - Stricte observance des mesures d'hygiène (personnel et athlètes)

La veille au respect de toutes les consignes suscitées se fera sous la tutelle des responsables des fédérations et des clubs, notamment du « COVID Manager ».

VII / Conclusion :

La levée progressive du confinement étant en cours, le secteur du sport n'est pas en reste, le projet de reprise est imminent.

Aussi grande que puisse être notre vigilance, nous sommes conscients que les protocoles et les mesures édictés et présentés dans ce manuel, élaboré dans le cadre de la prévention de la COVID-19, de la protection des athlètes et de la population, peuvent être émaillés d'insuffisances et de difficultés de mise en œuvre sur terrain ; il est de ce fait impératif que tous les acteurs dont athlètes, staffs, et personnel gravitant autour soient dûment impliqués, et que la responsabilité individuelle de chacun soit pleinement engagée.

Le document ci-présenté sera probablement sujet à des mises à jour qui dépendront de l'évolution de la situation sanitaire et des recommandations gouvernementales.

