



International
Olympic
Committee



INTERNATIONAL
PARALYMPIC
COMMITTEE



TOKYO 2020



TOKYO 2020
PARALYMPIC GAMES

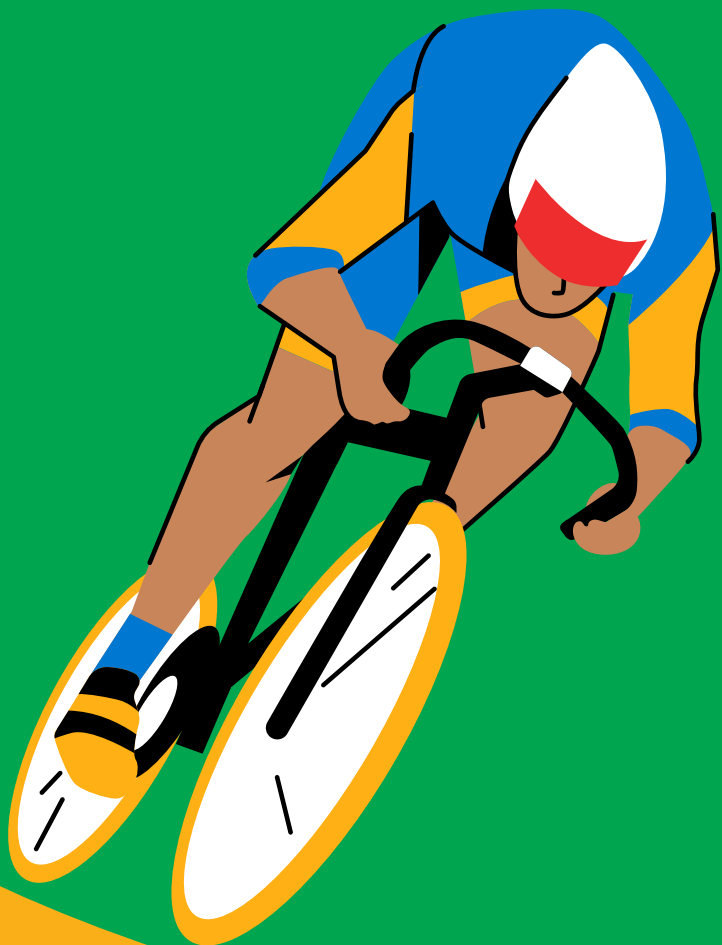
PLAYBOOK

ATLETAS Y OFICIALES

Tu guía para unos Juegos
seguros y exitosos



¿A QUIÉN VA DIRIGIDO ESTE PLAYBOOK?



Atletas	(Aa)
Atletas suplentes	(AP)
Compañeros de entrenamiento y entrenadores personales	(P)
Oficiales de equipo	(Ao, Ac & P)
Compañeros de competición del atleta (Juegos Paralímpicos)	(Ab)
Médico jefe/a del equipo (Juegos Paralímpicos)	(Am)
Administración de la Villa	(NOC, NPC)
Chaperón de atletas	(NOC, NPC)

ÍNDICE

¿A quién va dirigido este Playbook?	2
Stronger Together	4
Principios	5-8
Tu itinerario	
Introducción	10
Antes del viaje	12-16
Al llegar a Japón	17-20
Durante los Juegos	21-27
Salida de Japón	28-29
Más información	
Vacunas	31
Cumplimiento y sanciones	32



STRONGER TOGETHER



Tras una espera más larga de lo previsto, los Juegos Olímpicos y Paralímpicos Tokyo 2020 están a la vuelta de la esquina. Los preparativos han sido difíciles para todos, pero hemos trabajado juntos para superar esos retos y planear las medidas que garantizarán un evento seguro y exitoso este verano. Estamos deseando que llegue el momento en el que el deporte y los Juegos unan a todo el mundo y los atletas inspiren de nuevo a todo el planeta. Somos más fuertes que nunca, porque la unión hace la fuerza. #StrongerTogether.

Para lograr este hito, tenemos que ser responsables. Como copresidentes del Grupo de Trabajo de CON y Atletas de la Comisión de Coordinación, hemos trabajado por que los CON y los atletas estén puntualmente informados de todas las novedades y por que su opinión sea un elemento central de debates y decisiones. La salud y la seguridad de todos los participantes en los Juegos son nuestra prioridad absoluta.

Durante 125 años, los Juegos Olímpicos han sido un faro de esperanza, un símbolo de solidaridad humana. Hoy más que nunca, nuestros actos cotidianos tienen importantes consecuencias en la salud de los demás. Por eso decidimos crear este Playbook, para detallar las normas con las que, todos juntos, haremos de estos unos Juegos seguros y exitosos.

Inspirados por el equilibrio entre «derechos y deberes», creemos que las delegaciones y atletas de los CON y los CPN tienen derecho a exigir que se haga todo lo posible para que disfruten de un entorno seguro en los Juegos Olímpicos y Paralímpicos, pero también tienen la obligación para con los anfitriones japoneses y sus compañeros de respetar una serie de normas y comportarse de manera adecuada. Esta guía está especialmente diseñada para

responder a las necesidades de tu caso particular. Si estos no son tus primeros Juegos, la experiencia será distinta en varios sentidos. Habrá condiciones y restricciones para todos los participantes; deberás demostrar flexibilidad y comprensión.

Las dudas son inevitables. Esta primera versión del Playbook ofrece los principios que nos guiarán en la creación de planes más detallados según se vaya aclarando la situación. En abril publicaremos una versión actualizada del Playbook y, si es necesario, haremos cambios según se acerquen los Juegos. Queremos que tengas toda la información necesaria lo antes posible.

La unión hace la fuerza, **#StrongerTogether**. Nuestros valores de excelencia, amistad y respeto nos permitirán celebrar unos Juegos seguros y exitosos. Estamos firmemente convencidos de que, si todos y cada uno de nosotros nos comprometemos a seguir las normas de este Playbook, este verano nos reuniremos en unos Juegos extraordinarios que pasarán a la historia por una buena razón. Es un símbolo de esperanza para la humanidad en el que tenemos que dar lo mejor de nosotros mismos.

Gracias. ¡Nos vemos pronto!

Kirsty Coventry

Presidenta de la Comisión de Atletas del COI y miembro de la Comisión de Coordinación de los Juegos de la XXXII Olimpiada Tokyo 2020

Robin Mitchell

Presidente en funciones de la Asociación de Comités Olímpicos Nacionales y miembro de la Comisión de Coordinación de los Juegos de la XXXII Olimpiada Tokyo 2020

PRINCIPIOS



REDUCIR LA INTERACCIÓN FÍSICA

La COVID-19 se transmite a través de gotículas que contienen el virus y se generan al toser, estornudar, hablar, gritar o cantar. Es posible infectarse con ellas cuando nos mantenemos cerca del portador. El riesgo de contagio aumenta en espacios concurridos mal ventilados y al pasar tiempo junto a personas infectadas. Por ello, es fundamental reducir al máximo la interacción física, llevar mascarilla y evitar las 3 «C»: espacios cerrados, concurridos o que entrañen contactos cercanos.

#1



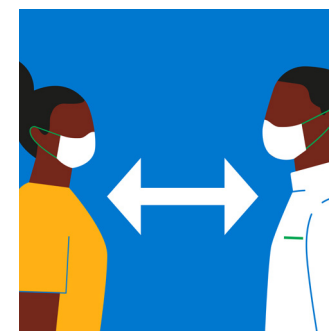
Evita, en la medida de lo posible, la interacción física con otras personas

#2



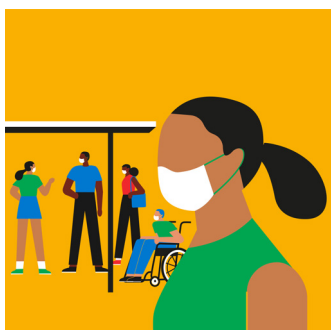
Evita el contacto físico, abrazos y apretones de manos incluidos

#3



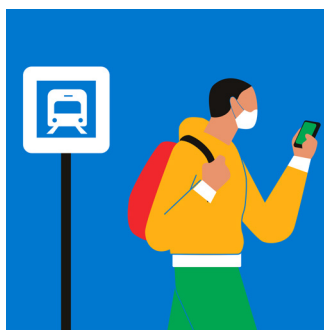
Mantén dos metros de distancia con los atletas y al menos un metro con los demás, incluso en espacios operativos

#4



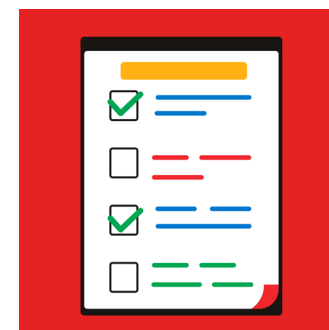
Evita los espacios cerrados y las multitudes

#5



Usa los sistemas de transporte de los Juegos siguiendo las instrucciones de tu Playbook. No uses el transporte público sin autorización previa

#6

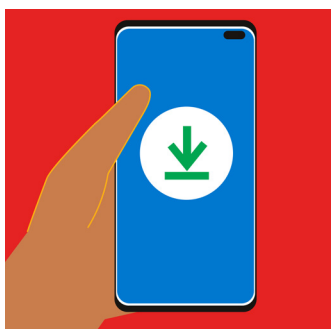


Completa tu plan de actividades y síguelo

PRUEBAS, RASTREO Y AISLAMIENTO

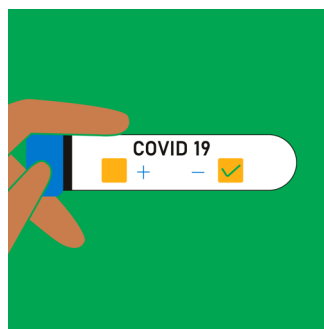
Para evitar la transmisión de la COVID-19, es vital detener la cadena de contagios entre humanos. Por ello, es importante identificar a las personas infectadas mediante pruebas, determinar a quién pueden haber contagiado a través del rastreo de contactos y adoptar medidas de aislamiento y cuarentena para evitar que el virus siga extendiéndose.

#1



Descarga la aplicación móvil de rastreo de Japón (COCOA) y la aplicación para informar sobre tu estado de salud

#2



Hazte una prueba de COVID-19 y presenta un certificado negativo antes de viajar a los Juegos. Es posible que se te someta a una nueva prueba a tu llegada al país (en función de tu origen)

#3



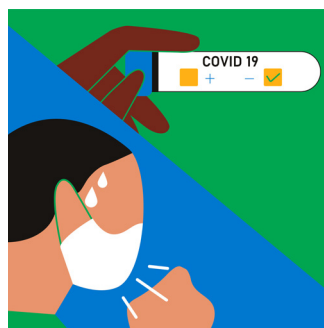
Sigue las restricciones adicionales correspondientes a tus primeros 14 días en Japón, indicadas en el Playbook

#4



Si tu función así lo requiere, sométete periódicamente a pruebas de COVID-19 durante los Juegos

#5



Si tienes síntomas o si te lo indican los servicios de rastreo de contactos, hazte una prueba y aíslate

PIENSA EN LA HIGIENE

Cuando una persona infectada exhala el virus que causa la COVID-19, este puede depositarse en las superficies que nos rodean. Al tocarlas y llevarnos las manos a los ojos, nariz o boca corremos el riesgo de infectarnos. Por ello, no debemos descuidar una buena higiene: lavarse las manos frecuente y concienzudamente, desinfectar las superficies, evitar tocarse la cara y cubrirse la boca al estornudar o toser.

#1



Lávate las manos con frecuencia y usa los geles desinfectantes puestos a tu disposición

#2



Usa una mascarilla en todo momento, salvo que te encuentres al aire libre y a dos metros de distancia de otras personas

#3



Tose en la mascarilla, el codo o un pañuelo de papel

#4



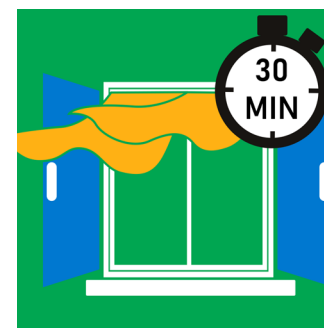
Apoya a los atletas con aplausos; evita cantar

#5



Evita compartir objetos en la medida de lo posible. En caso contrario, desinféctalos

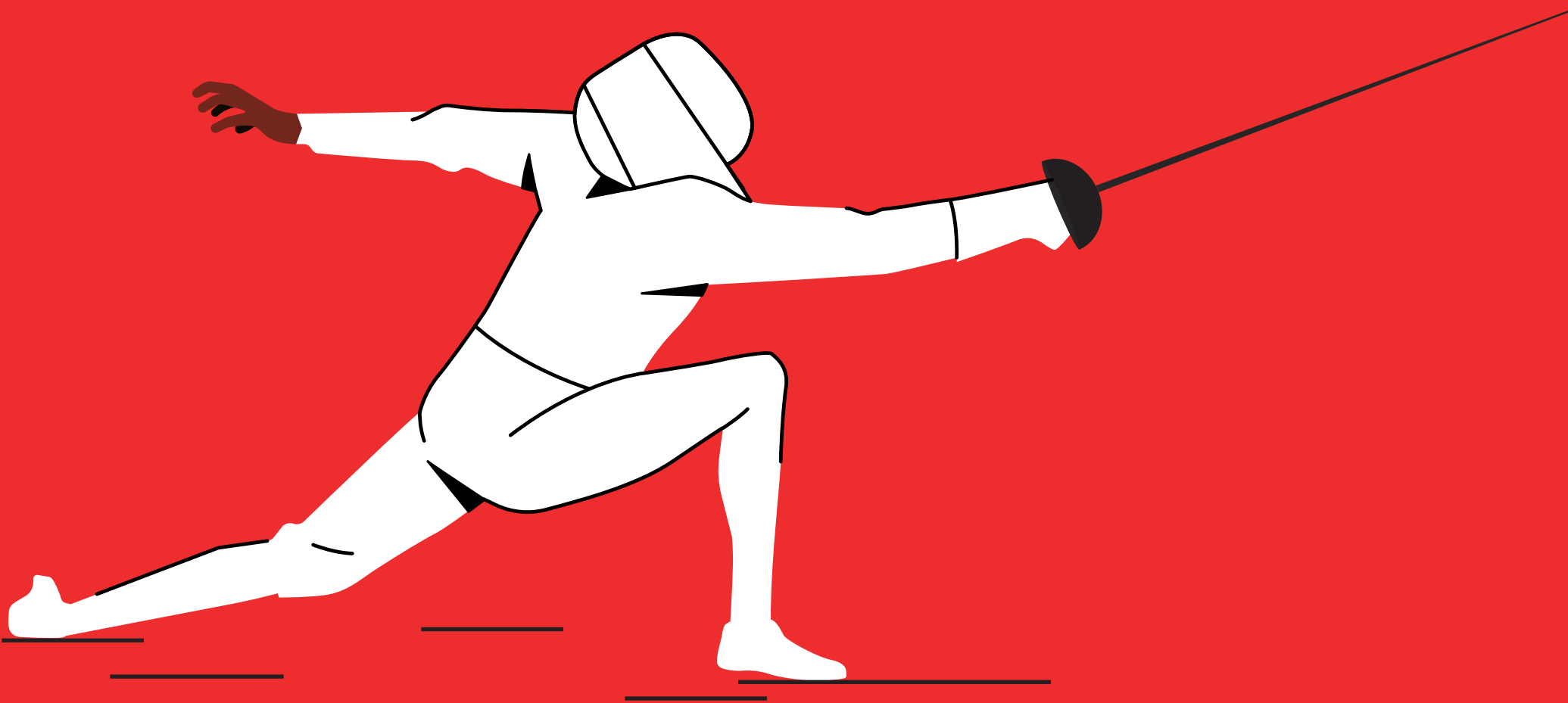
#6



Ventila las habitaciones y los espacios comunes cada 30 minutos



TU ITINERARIO



INTRODUCCIÓN

Los Playbooks constituyen la base del plan que vela por la seguridad y la salud de todos los participantes en los Juegos Olímpicos y Paralímpicos de este verano y de todo el pueblo japonés. Fueron creados conjuntamente por Tokyo 2020, el Comité Olímpico Internacional (COI) y el Comité Paralímpico Internacional (IPC) y se basan en la exhaustiva labor de la All Partners Task Force, un grupo de trabajo multipartito en el que también participan la Organización Mundial de la Salud, el Gobierno de Japón, el Gobierno Metropolitano de Tokio, expertos independientes y organizaciones de todo el mundo.

Este Playbook detalla las obligaciones de los atletas y oficiales de equipo, y se suma a la información transmitida por tu comité olímpico nacional (CON) o comité paralímpico nacional (CPN). Las normas se aplican a todos los atletas y oficiales de equipo de igual manera, sea cual sea el deporte o el lugar de residencia. Hay que respetarlas, al igual que lo harán todos los demás participantes en los Juegos.

Tómate tu tiempo para leerlas y entender los pasos del proceso y las reglas que seguirás. La aventura comienza 14 días antes del comienzo de tu viaje a Japón y las normas se

aplican durante toda tu estancia en el país. Es fundamental que te responsabilices de la parte que te corresponde en este plan: los atletas y oficiales de equipo son los que marcan el listón.

Si ya estás en Japón, consulta esta guía para conocer las medidas que se aplicarán en tu caso mientras te preparas para los Juegos.

INFORMACIÓN IMPORTANTE

Todos los CON/CPN deberán nombrar a un o una «oficial de enlace de COVID-19», que actuará como persona de contacto para todas las cuestiones relacionadas con la COVID-19. Los oficiales de enlace de COVID-19 también actuarán de nexo con el COI/IPC, Tokyo 2020 y las autoridades sanitarias japonesas. El oficial de enlace de tu CON/CPN se encargará de que entiendas y respetes este Playbook, para lo cual también recibirá información especial para el desempeño de su función.

Actualizaremos este documento en función de la evolución de la situación. La próxima versión se publicará en abril de 2021.

AVISO

Este Playbook se ha redactado según los conocimientos actuales del COI, el IPC y Tokyo 2020. Puede ser que, más adelante, sea necesario modificar ciertas medidas de protección en colaboración con el Gobierno de Japón y el Gobierno Metropolitano de Tokio para garantizar que esta guía refleje las condiciones sanitarias en Japón y las normas vigentes. Es decir, las versiones futuras del Playbook podrían incluir medidas más estrictas que las actuales.

Confiamos en que las medidas adoptadas mitiguen los riesgos y el impacto de la participación en los Juegos, y contamos con tu colaboración para respetarlas. No obstante, por cuidadosos que seamos, es imposible eliminar los riesgos y consecuencias en su totalidad, por lo que aceptas participar en los Juegos Olímpicos y Paralímpicos por tu cuenta y riesgo.

LOS PRINCIPIOS DE TU ITINERARIO

EN TODO MOMENTO

- Evita en la medida de lo posible la interacción física con otras personas
- Mantén dos metros de distancia con los atletas y un metro con los demás
- Evita los espacios cerrados y las multitudes
- Usa los sistemas de transporte de los Juegos siguiendo las instrucciones de tu Playbook. No uses el transporte público sin autorización previa
- Mantén una buena higiene, lo que incluye lavarte las manos frecuentemente y usar mascarilla
- Prepárate a someterte a controles propios a tu función y a pruebas de COVID-19 en diferentes momentos durante tu itinerario
- Asegúrate de que dispones de suficientes mascarillas para toda tu estancia en Japón

1 ANTES DEL VIAJE

- Tu itinerario comienza 14 días antes de tomar el avión para Japón
- Comprueba que tienes lista toda la documentación necesaria (tarjeta prevalidada PVC o visado y certificado de un resultado negativo de COVID-19)
- Crea un plan de actividades para tus primeros 14 días en Japón
- Instala y activa la aplicación de rastreo de Japón (COCOA) y la aplicación para informar sobre tu estado de salud. Controla tu salud a diario los 14 días antes de viajar a Japón
- Elabora una lista de todas las personas con las que prevés tener contacto estrecho durante tu estancia en Japón
- 72 horas antes del vuelo a Japón, hazte una prueba de COVID-19. Si el resultado es positivo, no podrás viajar

2 AL LLEGAR A JAPÓN

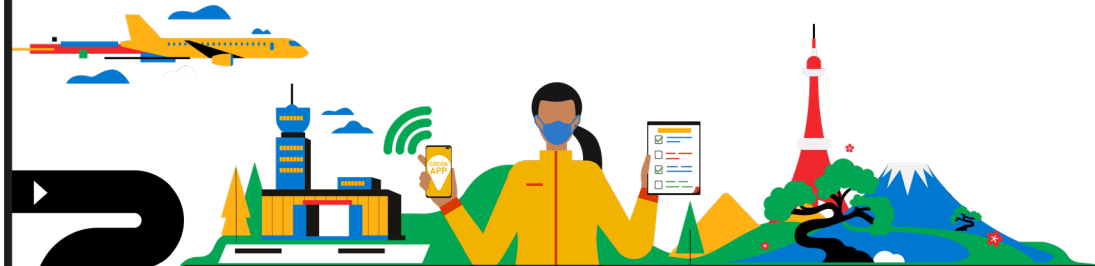
- En el control de pasaportes, entrega la PVC, OIAC/PIAC o visado y el resultado negativo de la prueba de COVID-19
- Es posible que debas realizar una nueva prueba de COVID-19 al llegar a Japón
- Cuando aterrices, no te demores más de lo necesario en el aeropuerto. Reduce tus actividades al mínimo

3 DURANTE LOS JUEGOS

- Si tu función así lo requiere, se someterá a los participantes a controles y pruebas de COVID-19 en diferentes momentos durante tu itinerario
- Si tienes síntomas de COVID-19 o si te lo indican los servicios de rastreo de contactos, hazte una prueba y aíslate
- Limitate a las actividades indicadas en tu plan de actividades de 14 días
- Apoya a los atletas con aplausos; evita cantar
- Puede haber otras normas dependiendo de tu función y deporte, o en ciertas instalaciones

4 SALIDA DE JAPÓN

- Infórmate sobre los requisitos de entrada vigentes en tu país de origen y en aquellos países por los que transites
- Es posible que debas realizar una prueba de COVID-19 antes de tomar el avión



ANTES DEL VIAJE

Tu viaje no empieza en el aeropuerto. Asegúrate, desde ya mismo, de que dedicas el tiempo necesario a leer y entender la última versión del Playbook cuando lo recibas. Si tienes dudas, contacta al oficial de enlace de COVID-19* de tu CON/CPN (una vez que lo hayan nombrado). Hazlo antes de los Juegos, no lo dejes para última hora.

Las normas del Playbook entran en vigor 14 días antes del inicio de tu viaje. En ese periodo, es importante adoptar la actitud adecuada.

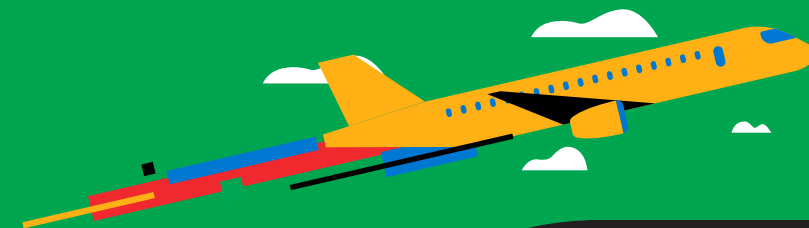
* Se ofrecerá más información sobre el cargo de oficial de enlace de COVID-19 una vez que se hayan confirmado los detalles y, como muy tarde, en la versión de abril de 2021 del Playbook.



Lee el Playbook atentamente

- Antes de viajar, asegúrate de que has leído y entendido el Playbook y de que aceptas las reglas. Consulta la sección «Cumplimiento y sanciones», página 32.

- **Deberás contar con un seguro de tratamiento médico y repatriación que cubra todo el periodo de tu estancia en Japón.**
 - Para atletas y oficiales de equipo, Tokyo 2020 ofrece este seguro, pero únicamente tiene vigencia para el periodo comprendido entre la preapertura y el cierre de la Villa y solo cubre los gastos ocasionados en Japón.
- **Si vas a asistir a una concentración de entrenamiento previo a los Juegos en Japón o a un programa de intercambio con la ciudad anfitriona después de los Juegos:**
 - Lee atentamente el manual de acogida de la ciudad anfitriona, en el que se exponen otras medidas de aplicación local.
 - Tu CON/CPN debe ratificar su conformidad con estas medidas al menos un mes antes de la salida.
 - En principio, las actividades se limitan al alojamiento y las instalaciones de entrenamiento. No se permite el uso del transporte público sin autorización previa.



PRUEBAS, RASTREO Y AISLAMIENTO

- **Asegúrate de que dispones de una tarjeta prevalidada (PVC)**, que se validará en tu tarjeta olímpica (OIAC) o paralímpica (PIAC) de identidad y acreditación. **De lo contrario, es posible que necesites un visado para entrar en Japón**
- **Crea un plan* de actividades para tus primeros 14 días en Japón;** tendrás que presentarlo ante las autoridades japonesas. Debe incluir:
 - Todas las actividades previstas
 - Por dónde te moverás: se limita a las instalaciones oficiales de los Juegos, tu alojamiento y otros lugares limitados, indicados en la «Lista de destinos y desplazamientos». Véase «En los Juegos», página 24
 - Cómo viajarás
 - Dónde te alojarás
- **Infórmate sobre los requisitos** de pruebas de COVID-19 y certificados para la aerolínea, los países de tránsito y el acceso a Japón. [Véase los consejos del Gobierno japonés](#)
- **Instala y activa** la aplicación de rastreo de Japón (COCOA) y la aplicación para informar sobre tu estado de salud. Véase el «Anexo – Aplicaciones para smartphones»
- **Controla tu salud a diario los 14 días antes de viajar a Japón**
 - Cada día, haz una toma de tu temperatura corporal y registra el resultado
 - Controla proactivamente tu salud a diario (por ejemplo, fiebre o cualquier otro síntoma de COVID-19). Indica los resultados en la aplicación para informar sobre el estado de salud. Esta información se compartirá con las autoridades sanitarias japonesas, con Tokyo 2020 y con tu oficial de enlace de COVID-19, de conformidad con la legislación vigente en materia de protección de datos personales (detalles por confirmar)

* Se ofrecerá información detallada sobre el plan de actividades (incluyendo una plantilla) una vez que se hayan confirmado los detalles y, como muy tarde, en la versión de abril de 2021 del Playbook

PRUEBAS, RASTREO Y AISLAMIENTO

- **Si presentas algún síntoma de COVID-19 en los 14 días anteriores a la salida**
 - No viajes a Japón
 - Informa a tu oficial de enlace de COVID-19, que lo comunicará al CON/CPN y al Comité Organizador de Tokyo 2020. Ellos le explicarán los siguientes pasos. [Véanse las directrices de la OMS sobre síntomas de COVID-19](#)
- **Hazte una prueba** aprobada por [el Gobierno de Japón](#) en las 72 horas anteriores a la hora de salida del vuelo a Japón (primer vuelo si se trata de una ruta con escalas)
 - Actualmente, los tipos de pruebas aprobadas (saliva o hisopo nasal y/o faríngeo) son la PCR en tiempo real, las pruebas de amplificación de ácidos nucleicos (LAMP) y las pruebas de antígenos (CLEIA)
 - También se están estudiando medidas para garantizar la autenticidad de los certificados de dichas pruebas
- **Si tu prueba de COVID-19 es negativa:**
 - Solicita un certificado que así lo demuestre
 - Ten el documento a mano; te lo pedirán las autoridades japonesas al llegar a la frontera
 - Es posible que se te pida que envíes el certificado de prueba negativa a través de la aplicación de información de salud
- **Si tu prueba de COVID-19 es positiva:**
 - Aíslate de conformidad con las normas del lugar donde te encuentres
 - Informa a tu oficial de enlace de COVID-19, que registrará los síntomas, resultados de las pruebas y contactos cercanos, notificará a los organizadores y acordará los siguientes pasos



RELACIONES SOCIALES

- **Evita al máximo el contacto físico con otras personas** durante los 14 días anteriores a tu viaje a Japón
- **Elabora una lista de todas las personas con las que prevés tener contacto estrecho*** durante tu estancia en Japón, como compañeros de habitación, entrenadores, fisioterapeutas o miembros de tu equipo
 - Entregarás la lista al oficial de enlace de COVID-19, que la validará y utilizará para efectuar el rastreo de contactos si es necesario

* Se ofrecerá más información sobre los contactos estrechos una vez que se hayan confirmado los detalles y, como muy tarde, en la versión de abril de 2021 del Playbook

HIGIENE

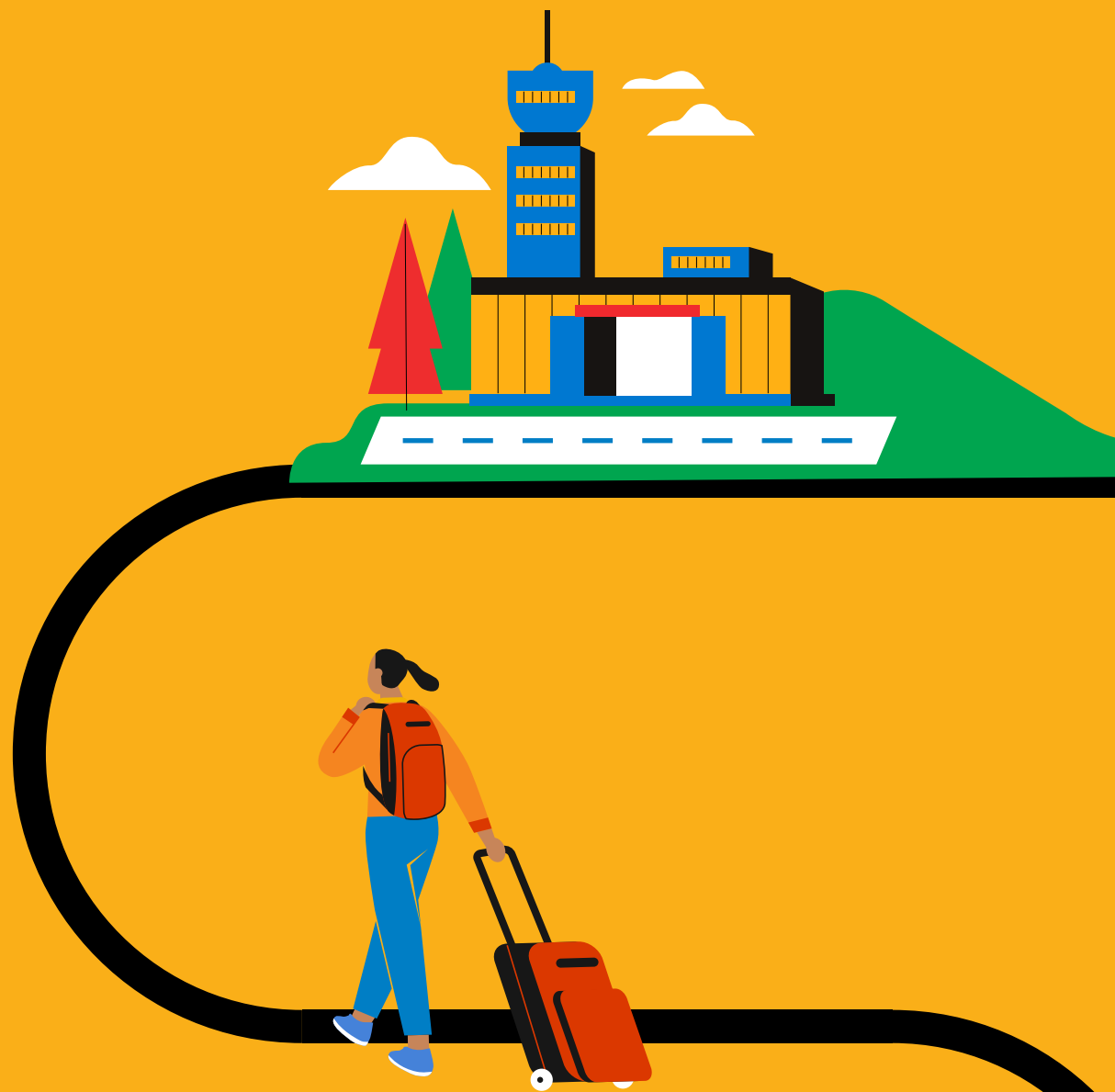
- **Mantén una buena higiene** – lo que incluye lavarte las manos frecuentemente y usar mascarilla
 - **Asegúrate de que dispones de suficientes mascarillas** para toda tu estancia en Japón. Esto es responsabilidad de cada persona
 - **Sigue las recomendaciones de la OMS** sobre el uso de mascarillas
 - **Si prevés usar mascarillas de tela**, asegúrate de que puedan lavarse a altas temperaturas con regularidad y de que cuenten con dos capas, e idealmente tres capas:
 - Capa interior de material absorbente, como el algodón
 - Capa intermedia de material no tejido, como el polipropileno
 - Capa exterior de material no absorbente, como poliéster o mezcla de poliéster
 - **Nota:** Es importante que cambies las mascarillas en cuanto se humedezcan. Debes lavarlas una vez al día. Es posible que tengas que utilizar más mascarillas de lo habitual, ya que el clima es cálido y húmedo
 - No te olvides de las normas relativas a la presencia de marcas comerciales en las mascarillas
- [Consulta las recomendaciones de la OMS sobre el uso de mascarillas](#)

AL LLEGAR A JAPÓN

Cuando llegues, respeta los siguientes protocolos en el aeropuerto y en el trayecto posterior.

Durante toda tu estancia en Japón, debes respetar las normas de distanciamiento físico y de higiene. Los primeros 14 días de tu estancia también tendrás que seguir una serie de normas adicionales.

Asegúrate de que dispones de una tarjeta prevalidada (PVC), que se validará en tu tarjeta olímpica (OIAC) o paralímpica (PIAC) de identidad y acreditación. Son necesarias para acceder a Japón.



PRUEBAS, RASTREO Y AISLAMIENTO

- **Ten a mano los siguientes documentos, que te serán solicitados en el control de pasaportes:**
 - Tu PVC, OIAC/PIAC o visado, junto con el pasaporte y cualquier otro documento de viaje asociado a la PVC/visado
 - Un certificado de prueba negativa de COVID-19 efectuada en las 72 horas previas a la salida del vuelo
- **Es posible que debas realizar una nueva prueba de COVID-19 al llegar a Japón**
 - Dependiendo del país desde el que hayas viajado y de dónde hayas estado en los últimos 14 días, es posible que te hagan esta prueba en el aeropuerto. En caso contrario, se efectuará en la Villa Olímpica y Paralímpica o en la concentración de entrenamiento previa a los Juegos
 - **Si asistes a una concentración de entrenamiento previa a los Juegos**, se te hará una nueva prueba de COVID-19 tres días antes de llegar a la Villa Olímpica y Paralímpica. Las autoridades de la ciudad anfitriona se encargarán de ello
 - **Si el resultado de la prueba es positivo**, deberás aislarte* de acuerdo con las instrucciones de las autoridades sanitarias japonesas, que podrían indicarte acudir a un centro de aislamiento aprobado por el Gobierno
- **Si presentas algún síntoma de COVID-19**
 - Avisa inmediatamente a tu oficial de enlace de COVID-19, que contactará a Tokyo 2020 o a las autoridades de la ciudad anfitriona de la concentración de entrenamiento, según corresponda

* Se ofrecerá más información sobre aislamiento una vez que se hayan confirmado los detalles y, como muy tarde, en la versión de abril de 2021 del Playbook

RELACIONES SOCIALES

- **Sigue las instrucciones de Tokyo 2020 y de tu CON/CPN** y no te demores más de lo necesario en el aeropuerto
 - **No te detengas a visitar tiendas o servicios**, salvo el mostrador de validación de acreditaciones (si eres titular de una PVC)
 - Para reducir el contacto con los demás, **usa las filas especiales para participantes en los Juegos** que encontrarás en los aeropuertos oficiales
- **Sigue las directrices de tu CON/CPN** sobre la estancia en la Villa Olímpica y Paralímpica. Dichas directrices se rigen por las normas sobre duración de estancias en la Villa y reducen al máximo el contacto con otros grupos
- **Utiliza únicamente los vehículos de los Juegos;** no tomes el transporte público. Puedes viajar en avión y en tren (trenes bala) para ir y volver de concentraciones de entrenamiento previas a los Juegos si no hay otras opciones disponibles
 - En ese caso, mantén la distancia con los demás pasajeros, de acuerdo con la disposición de los asientos, por ejemplo, dejando asientos vacíos entre ti y los demás
 - Si utilizas un vehículo privado que no forma parte de la flota oficial de los Juegos, asegúrate de que sigues las normas del Playbook



PERSONAS CON MOVILIDAD REDUCIDA

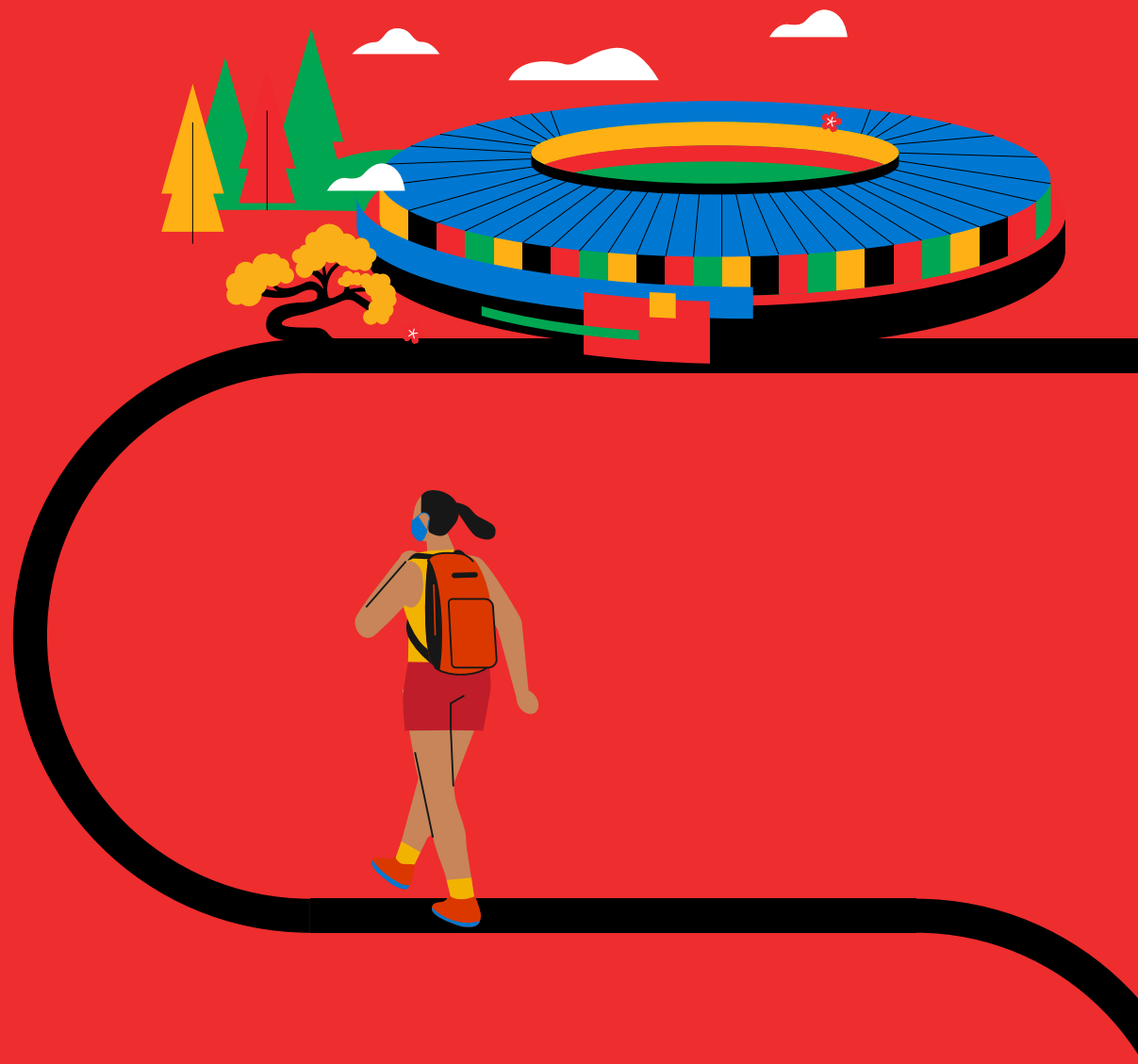
-
- Si utilizas una silla de ruedas u otro dispositivo de movilidad que pueda ser manipulado por otra persona en determinadas circunstancias (por ejemplo, por el personal de la aerolínea), limpia las zonas que han sido manipuladas con toallitas desinfectantes

DURANTE LOS JUEGOS

Para proteger la salud de todos, durante toda tu estancia en Japón debes respetar las normas de distanciamiento físico y de higiene. Los primeros 14 días de tu estancia también tendrás que seguir una serie de normas adicionales.

Es tu propia responsabilidad controlar e informar de manera activa sobre tu salud cada día a través de la aplicación de informes de salud.

Las pruebas serán fundamentales para reducir la transmisión del virus: se utilizarán para el cribado general, para los contactos estrechos de un caso positivo y para el diagnóstico de las personas con síntomas de COVID-19.



PRUEBAS, RASTREO Y AISLAMIENTO

- **Controla proactivamente** tu salud a diario (por ejemplo, fiebre o cualquier otro síntoma de COVID-19). **Indica los resultados** en la aplicación para informar sobre el estado de salud. Véase el «Anexo – Aplicaciones para smartphones»
- **Durante tu estancia en los Juegos, se te someterá a pruebas* de COVID-19 cada cuatro días como mínimo**
 - Los horarios y frecuencia de las pruebas se ajustarán en función de tu deporte y programa de competición
 - Las pruebas se realizarán en recintos especializados dentro de la Villa Olímpica y Paralímpica. En el caso de las Villas satélite y alojamiento para ciclistas paralímpicos, se indicarán los recintos pertinentes
 - Si resides en un alojamiento no oficial, tendrás que acudir a la Villa Olímpica y Paralímpica para someterte a las pruebas
 - Los resultados se procesarán con rapidez y se interpretarán teniendo en cuenta la situación de la salud de cada persona
 - Los protocolos específicos para la interpretación de los resultados en casos

complejos serán desarrollados por el Grupo de Expertos en Resultados (RAEG), al que se podrá recurrir para la interpretación de casos complejos

- **Podrás reservar tus pruebas a través de un sistema web*** de Tokyo 2020
- **Si se confirma un resultado positivo de COVID-19 durante los Juegos**
 - Aíslate y avisa inmediatamente a tu oficial de enlace de COVID-19
 - Se te indicará que mantengas el aislamiento o se te ingresará en un hospital. No podrás competir
 - Las autoridades sanitarias japonesas determinarán el lugar (puede ser un centro de aislamiento aprobado por el Gobierno) y la duración del aislamiento, en función de la gravedad y los síntomas de la infección
 - El final de tu aislamiento se determinará según las directrices sanitarias vigentes en Japón
 - El oficial de enlace de COVID-19 examinará tus actividades, incluidas las personas con las que has tenido un contacto estrecho y los recintos de los

- Juegos que has visitado los dos días anteriores a la aparición del primer síntoma o entre la realización de la prueba y el inicio del aislamiento
- Los oficiales colaborarán con las autoridades sanitarias japonesas y Tokyo 2020 para decidir eventuales medidas adicionales, como la desinfección de ciertos espacios
 - Se informará a tus contactos estrechos, que deberán seguir las instrucciones de las autoridades sanitarias y Tokyo 2020

* Se ofrecerá más información sobre pruebas (frecuencia, comunicación de resultados y centros para la realización de pruebas), sistema web y aislamiento una vez que se hayan confirmado los detalles y, como muy tarde, en la versión de abril de 2021 del Playbook

PRUEBAS, RASTREO Y AISLAMIENTO

- **Si eres un contacto cercano de una persona que ha dado positivo en COVID-19 durante los Juegos**
 - Se te informará a través de la aplicación COCOA y/o serás convocado a las pruebas por el oficial de enlace de COVID-19
 - El oficial de enlace de COVID-19 se pondrá en contacto contigo para indicarte las siguientes etapas
 - Hazte una prueba COVID-19 inmediatamente después de recibir la notificación
 - Las pruebas se efectúan en los espacios destinados a tal fin en la Villa Olímpica y Paralímpica
 - Espera en el lugar correspondiente hasta obtener el resultado de la prueba. Tokyo 2020 está negociando con las autoridades sanitarias japonesas para que un resultado negativo te permita competir según lo previsto
- **Antes de acceder a cualquier recinto de los Juegos, se te tomará la temperatura***
 - Si tu temperatura corporal es de 37,5° C o más, se comprobará una segunda vez para confirmarlo.
 - Si vuelve a ser igual o superior a 37,5° C, no podrás acceder al recinto. Avisa a tu oficial de enlace de COVID-19 y sigue sus instrucciones. Se te llevará a una zona de aislamiento a la espera de más medidas

* Se ofrecerá más información sobre controles de temperatura en recintos de los Juegos una vez que se hayan confirmado los detalles y, como muy tarde, en la versión de abril de 2021 del Playbook
- **Si presentas algún síntoma de COVID-19 durante la estancia**, avisa inmediatamente a tu oficial de enlace de COVID-19, quien te explicará los pasos a seguir.
[Consulta las recomendaciones de la OMS sobre síntomas](#)
- Si te encuentras en un recinto de los Juegos, se te llevará al puesto médico del recinto para un reconocimiento médico
- Si estiman que hay indicios de que los síntomas sean de COVID-19, se te transportará al ambulatorio para pacientes con fiebre de la Villa Olímpica y Paralímpica (o a otra instalación médica), donde se te hará una prueba de COVID-19
- Deberás esperar allí hasta obtener el resultado de la prueba

RELACIONES SOCIALES

- **Limita al máximo el contacto con otras personas**
 - **Mantén una distancia de dos metros de los demás**
 - Puede haber ocasiones en las que la distancia entre ti y los demás sea inferior a dos metros, por ejemplo, en el terreno de juego y en las zonas de preparación. Tokyo 2020, el COI/IPC y las FI diseñarán y adoptarán las medidas de protección necesarias para esos casos
 - **Mantén tu lista de contactos estrechos actualizada**
 - **Utiliza únicamente los vehículos de los Juegos;** no uses el transporte público sin autorización previa
 - Puedes viajar en avión y en tren (trenes bala) a instalaciones alejadas si no hay otras opciones disponibles
 - En ese caso, mantén la distancia con los demás pasajeros, de acuerdo con la disposición de los asientos, por ejemplo, dejando asientos vacíos entre ti y los demás
 - Si utilizas un vehículo privado que no forma parte de la flota oficial de los Juegos, asegúrate de que sigues las normas del Playbook
 - **Únicamente puedes salir de la Villa Olímpica y Paralímpica** (u otro alojamiento designado) para realizar las actividades detalladas en tu plan de actividades de 14 días
 - **Únicamente puedes acudir a los recintos oficiales de los Juegos** y a un número limitado de espacios, indicados en la «Lista de destinos y desplazamientos». Entre ellos se encuentran instalaciones de los medios de comunicación y centros de alto rendimiento
 - No debes visitar gimnasios, zonas turísticas, tiendas, restaurantes, bares, etc.
- * Las medidas de protección por deporte, recinto y función y la «Lista de destinos y desplazamientos» se publicarán una vez que se hayan confirmado los detalles y, como muy tarde, en la versión de abril de 2021 del Playbook
- **Si te alojas en la Villa, come en las instalaciones de la Villa o de los Juegos.** Si no te alojas en la Villa, come en las instalaciones de los Juegos y en tu alojamiento

RELACIONES SOCIALES

- **Cuando comas, guarda dos metros de distancia (u otra distancia sugerida)** de los demás y con el mismo grupo, para mantener los contactos al mínimo
- **Evita los espacios cerrados y las multitudes** en la medida de lo posible
 - Evita permanecer más de lo necesario en aquellos espacios donde no puedas mantener la distancia física. Evita hablar en zonas con poco espacio, como los ascensores
- **Evita todo contacto físico innecesario:** abrazos, chocar los cinco o estrechar las manos
- Los **controles antidopaje** funcionarán de acuerdo con las normas internacionales y las medidas de salud y seguridad, así como con las directrices de la AMA, bajo la gestión de la Agencia Internacional de Análisis (ITA) para los Juegos Olímpicos y del IPC para los Juegos Paralímpicos
- **Puede haber normas adicionales dependiendo de tu función y deporte, o en ciertas instalaciones*.** Las desarrollarán Tokyo 2020, el COI/IPC y tu federación internacional
- **Se aplicarán normas adicionales para las ceremonias de apertura y clausura*.** Las desarrollarán Tokyo 2020 y el COI/IPC

* Se ofrecerá más información sobre normas específicas para deportes, funciones, instalaciones y ceremonias una vez que se hayan confirmado los detalles y, como muy tarde, en la versión de abril de 2021 del Playbook

HIGIENE

- **Mantén una buena higiene** durante tu estancia en Japón. Respeta las normas indicadas en los recintos y alojamientos, en los que se aplicarán protocolos reforzados de limpieza e higiene
 - Es posible que se apliquen normas específicas a tu deporte/función y en determinados lugares, como el terreno de juego y las zonas de preparación. Las desarrollarán Tokyo 2020, el COI/IPC y tu federación internacional
- **Usa una mascarilla en todo momento**, salvo cuando te entrenes, compitas, comas o duermas, o si estás al aire libre y a dos metros de distancia de otras personas.
[Consulta las recomendaciones de la OMS sobre el uso de mascarillas](#)
 - Desinfectate las manos antes de ponerte la mascarilla y evita tocarte los ojos, la nariz y la boca. Si es posible, lávate las manos con jabón y agua caliente durante 30 segundos como mínimo. De lo contrario, utiliza un desinfectante de manos
 - Cambia las mascarillas en cuanto se humedezcan. Debes lavarlas una vez al día
- Las pantallas faciales no son una alternativa aceptable a las mascarillas. Su uso está limitado a la prevención de infecciones por vía ocular o en situaciones en las que el uso de una mascarilla no sea viable
- **Tóse siempre en la mascarilla, el codo o un pañuelo de papel.** Tira los pañuelos, mascarillas desechables y filtros de mascarilla usados en una papelera
- **Lávate las manos frecuentemente** con jabón y agua caliente durante 30 segundos como mínimo. Si no es posible, usa desinfectante de manos
- **Evita los gritos, vítores y cánticos;** busca otras formas de mostrar apoyo o festejar durante la competición. Por ejemplo, aplaudir
- **Ventila frecuentemente los espacios cerrados** durante varios minutos siempre que sea posible. Intenta hacerlo cada media hora como mínimo
- **Evita compartir objetos siempre que sea posible.** Desinfecta aquellos artículos que hayan sido utilizados por otra persona
- Después de comer, **desinfecta la mesa**
- Se está estudiando cómo se aplicarán estas normas a las ceremonias de victoria

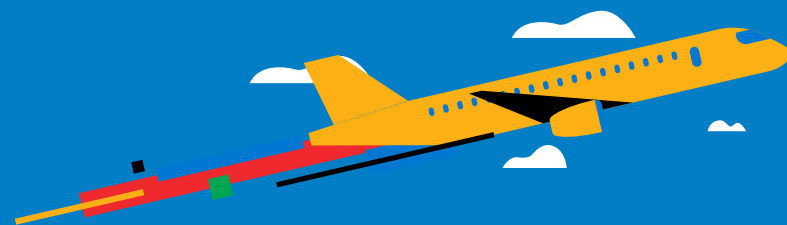
PARTICULARIDADES PARALÍMPICAS

- La restricción de mantener al menos dos metros de distancia de los demás no se aplicará en el caso de las personas que necesiten apoyo adicional, las cuales pueden recibir ayuda de otro miembro de su entorno cercano
 - Cuando se preste asistencia a otras personas, será obligatorio usar una mascarilla en todo momento
 - Una vez prestada la ayuda, desinféctate las manos y vuelve a mantener una distancia física de al menos dos metros con los demás
 - Siempre que sea posible, reduce el contacto físico al mínimo
- Puedes quitarte temporalmente la mascarilla si estás hablando o prestando asistencia a alguien que depende de la lectura de los labios, del sonido claro o de las expresiones faciales para comunicarse. Mantente a una distancia mínima de dos metros y vuelve a colocarte la mascarilla lo antes posible
- Si utilizas una silla de ruedas u otro dispositivo de movilidad que pueda ser manipulado por otra persona en determinadas circunstancias (por ejemplo, por conductores), desinfecta las zonas que hayan sido manipuladas
- Es importante lavarse y desinfectarse las manos justo antes de las comidas. Se debe proporcionar asistencia a aquellas personas que lo necesiten

SALIDA DE JAPÓN

Se ha reducido la duración de tu estancia en Japón para minimizar el riesgo de infección y garantizar unos Juegos seguros y exitosos.

Las reglas del Playbook (incluidas las de higiene y distanciación) siguen vigentes durante tu salida del país y hasta que llegues a tu destino final.



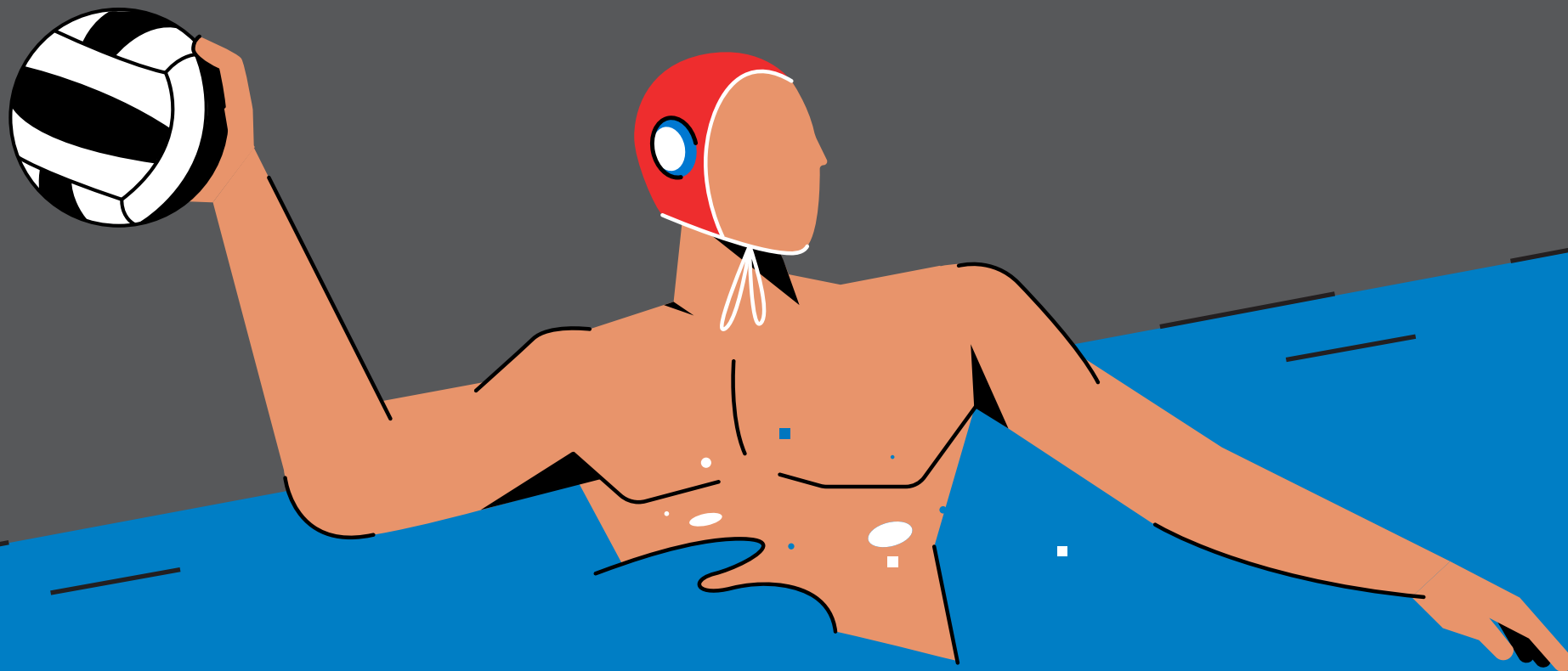
PRUEBAS, RASTREO Y AISLAMIENTO

- **Sigue las instrucciones de tu CON/CPN** con respecto a la salida de la Villa Olímpica y Paralímpica, que debe producirse en las 48 horas posteriores a tu última competición, de acuerdo con la normativa sobre duración de estancias
- **Si asistes a un programa de intercambio con la ciudad anfitriona después de los Juegos**, sigue las instrucciones de las autoridades competentes
- **Infórmate sobre los requisitos de entrada vigentes** en tu país de origen y en aquellos países por los que transites
- **Es posible que debas realizar una última prueba de COVID-19*** antes de tomar el avión, dado que puede ser un requisito para viajes internacionales
- **Dirígete al aeropuerto en los vehículos de los Juegos**
- Cuando llegues a tu destino, **sigue la normativa local COVID-19**

* Se ofrecerá información detallada sobre pruebas de salida una vez que se hayan confirmado los detalles y, como muy tarde, en la versión de abril de 2021 del Playbook



MÁS INFORMACIÓN



VACUNAS

Las vacunas son una de las muchas herramientas disponibles; debe hacerse uso de ellas en el momento y de la forma adecuados. El COI sigue apoyando firmemente la prioridad de vacunar a los grupos vulnerables, al personal sanitario y a todos los que mantienen la seguridad de nuestras sociedades.

Cuando las vacunas se pongan a disposición de un público más amplio, el COI insta a vacunar a los equipos olímpicos y paralímpicos, dado su papel de embajadores de sus CON y CPN, y dado el papel del deporte para promover «el deporte seguro como factor contributivo a la salud y el bienestar de las personas y comunidades», como se ha afirmado recientemente en una resolución de las Naciones Unidas adoptada por consenso en su Asamblea General. La resolución también destacó la importancia de los Juegos Olímpicos y Paralímpicos.

Por lo tanto, el COI colaborará con los CON para alentar y ayudar a sus atletas, oficiales y demás partes implicadas a vacunarse en sus países de origen, de acuerdo con las estrategias nacionales de vacunación, antes de ir a Japón. Dicha medida contribuirá a crear un entorno seguro en los

Juegos, y es un gesto de respeto por el pueblo japonés, que debe poder tener la confianza de que se está haciendo todo lo posible para proteger no solo a los participantes, sino también a la nación anfitriona.

Durante llamadas de consulta con los CON, el COI fue informado de que varios Gobiernos nacionales ya han tomado decisiones positivas a este respecto o están en consulta con sus CON.

Con el fin de obtener una imagen completa sobre la situación de la vacunación de los 206 CON, el COI les ha enviado una carta pidiéndoles que contacten activamente a sus respectivos Gobiernos en relación este asunto y que informen al COI a principios de febrero de 2021. Los CON están alentados a hacerlo en colaboración con sus CPN respectivos.

AVISO

No se te exigirá haberte vacunado para participar en los Juegos. Además, las normas del Playbook son aplicables a todas las personas, se hayan vacunado o no.

CUMPLIMIENTO Y SANCIONES

Por cuidadosos que seamos, queremos recordarte que es imposible eliminar los riesgos y consecuencias en su totalidad, por lo que aceptas participar en los Juegos Olímpicos y Paralímpicos por tu cuenta y riesgo. Creemos que las medidas adoptadas son proporcionadas para mitigar los riesgos e impactos citados, y contamos con que las respetarás sin excepciones.

Como parte del proceso de acreditación para los Juegos Olímpicos y Paralímpicos, tu organización te entregará información importante sobre estas medidas, como que el cumplimiento de las normas del Playbook es una condición para la obtención de la acreditación (en caso contrario, podrías perderla) y que, en algunos casos, estas medidas pueden implicar el tratamiento de información personal, incluida la relacionada con la salud.

A la luz de lo anterior, te pedimos que te asegures de haber leído detenidamente y comprendido el contenido de este Playbook (incluyendo cualquier actualización posterior) y que cumplas las normas del Playbook, así como cualquier otra instrucción que pueda ser emitida por las autoridades japonesas, por nosotros o por tu organización.

Tu colaboración en el cumplimiento de dichas normas e instrucciones es clave para lograr nuestro objetivo común de garantizar la protección de la salud de todos los participantes en unos Juegos Olímpicos y Paralímpicos seguros.

El incumplimiento de las normas contenidas en este Playbook puede exponerte a consecuencias que pueden repercutir en tu participación en los Juegos Olímpicos y Paralímpicos, en el acceso a las instalaciones de los Juegos y, en algunos casos, a la participación en competiciones. El incumplimiento reiterado o grave puede dar lugar a la retirada de la acreditación y del derecho a participar en los Juegos Olímpicos y Paralímpicos.

Ten en cuenta que algunas de las medidas descritas en este documento están relacionadas con la entrada y salida de Japón, por lo que son jurisdicción de las autoridades japonesas. En el caso de esas medidas, su incumplimiento puede tener consecuencias tales como la imposición de una cuarentena de 14 días o procedimientos de revocación del permiso de estancia en Japón.



El Playbook ha sido elaborado de manera conjunta por el Comité Organizador de los Juegos Olímpicos y Paralímpicos Tokyo 2020, el Comité Olímpico Internacional y el Comité Paralímpico Internacional.
Todas las marcas registradas son propiedad de sus respectivos titulares.

© 2021 – Comité Olímpico Internacional – Todos los derechos reservados.