

CANTO CORAL	PLAN DE PREVENCIÓN DE RIESGOS DE LA COVID-19
DATA: 19/06/2020	

1. PRELIMINAR.

-Muchas corales nos preguntamos cuándo podremos volver a cantar. Esta pregunta aún no se puede responder con una fecha concreta. En cualquier caso, actualmente no es posible, debido a las medidas restrictivas que rodean la reunión donde se agrupan personas. La política actual del gobierno en este tema se extenderá hasta que se den las circunstancias que lo permitan. Lo más probable es una evolución progresiva de las reuniones permitidas, por número de personas y por sectores específicos, comparable a la reapertura por fases de la educación en la escuela y que su inicio se prevé que sea en el mes de septiembre.

-Cualquier sector económico, social o cultural sólo se puede volver a abrir si tiene una Guía o protocolo aprobado, que contenga las condiciones y los acuerdos que hay que cumplir.

Todo el mundo coral, MCC y FCEC trabajamos juntos para tener un protocolo que sea validado por el gobierno, para nuestro sector de actividad, el canto coral. Además, las federaciones queremos establecer directrices específicas para el sector coral en función de este Plan de Prevención de Riesgos con una *"Guía de higiene y prevención de los ensayos de canto coral"*

-Esta Guía contendrá la información sobre el uso de la sala de ensayos, instrucciones de higiene y prevención que deben observarse, condiciones de organización y similares. Las corales podrán aplicar pronto esta *"Guía de higiene y prevención de los ensayos de canto coral"*, de manera personalizada a su propia situación.

-Teniendo en cuenta, las limitaciones de las normativas vigentes, los conocimientos médicos y científicos disponibles hasta ahora, los datos epidemiológicos oficiales y las particularidades del Canto Coral, todas ellas nos impulsan a analizar la situación actual para llegar a ofrecer una interpretación prospectiva de la prevención de nuestra actividad musical para los próximos meses hasta llegar a la normalidad.

-Estas indicaciones, no son, ni son, instrucciones oficiales hasta que no sean validadas por el organismo competente, en nuestro caso la Agencia Catalana de Salud Pública o el PROCICAT.

-El canto coral es una actividad con alto riesgo de transmisión viral (por vía aerosol, gotículas, gotas y fómites que de ellos se derivan).

-La voz cantada transmite muchas más partículas que la hablada, con proyección a más distancia y con mayor riesgo de contagio. También porque la respiración de los cantantes es más profunda.

-Los cantantes, habitualmente, están muy cercanos, y un cantante está rodeado de los otros; cantar en coro añade un segundo problema que es el acercamiento social y físico, el grupo, la sociabilidad inherente en la práctica coral.

-La incidencia de la Covid-19 en las corales sospechamos que ha sido significativa, con más incidencia que en la población general, al menos en Barcelona, y también tenemos noticia de incidencias a corales extranjeras en EEUU y Berlín.

<https://diarioliricoes.blogspot.com/2020/05/inicio-de-ensayos-en-oviedo-agao.html?m=1>
<https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/69/wr/mm6919e6.htm>

-Para confirmarlo, actualmente se está realizando una encuesta entre todos los asociados.

-Es necesario proteger a los cantantes, directores, pianistas y músicos que conviven en el ensayo.

-Ahora por ahora, la inmunidad sólo se considera posible mediante la futura vacunación.

-Se estima que la disponibilidad de una vacuna de forma universal (para todas las personas) puede ser factible en la primavera de 2021.

-Tenemos que constatar, así pues, que la reanudación de actividades del canto coral, con total normalidad como antes, en nuestra sala de ensayo habitual o los conciertos, no podrá ser antes de la primavera de 2021, ya que constituye un factor de alto riesgo de contagio real; a menos que las políticas sanitarias generales consigan un control efectivo de la epidemia.

-Este plazo deberá ser reevaluado en caso de un avance más rápido de la ciencia o en caso de que se produzcan métodos para garantizar la seguridad sanitaria de los cantantes y del público. Para reanudar las actividades corales, debemos dar tiempo al tiempo.

-Además, el sentido común continúa hablando.

-En nuestra afición, el distanciamiento social no es fácil de organizar; a menudo varias generaciones se unen y el alto riesgo de contaminación por aerosol es inherente a nuestra actividad musical. Como la salud de los cantantes, directores y acompañantes del coro, y sus familias, siempre debe prevalecer, se aconseja cancelar todos los ensayos, eventos y otras reuniones presenciales hasta el 31 de agosto.

-Si se reanuda la actividad antes de esa fecha, y siempre dentro de una fase en la que se permita la reunión de personas en grupos, debe comprometerse y asegurar que se puede cumplir este protocolo.

-Esperamos con vosotros que se pueda reiniciar nuestra actividad preferida a partir de los meses de septiembre / octubre de 2020.

-Antes de evaluar cuestiones específicas en el campo de la música coral, es importante resaltar que los músicos también deben cumplir las directrices, regulaciones y reglamentos aplicables a nivel de país.

-Estos marcos están sometidos a cambios constantes, debido a la adaptación al desarrollo de la pandemia Covid-19 y las diversas fases que se contemplan.

-En este contexto, es un reto implementar las recomendaciones aplicables a nivel, tanto en los ámbitos de la música profesional como amateur, así como en la música clásica y popular. Así pues, las evaluaciones técnicas, como ésta, dirigidas al canto coral, están destinadas a proporcionar información, para la toma de decisiones, que se han de hacer en términos de las personas y de las corales.

-La reanudación al 100% ya hemos significado que hasta que no se tenga un nivel óptimo de inmunización colectiva, que fijamos con la previsión de la primavera de 2021, no será posible, pero queremos analizar las medidas de prevención y protección del riesgo de contagio y valorar su aplicación en la práctica del canto coral de forma presencial y limitada.

-Los datos científicos, en conjunto y especialmente con respecto a las situaciones específicas de la práctica de la música, hasta ahora han sido pocos en el campo de la infección Covidien-19. Actualmente no conocemos ningún estudio científico específico y riguroso sobre las vías de transmisión del coronavirus SARS-CoV- 2 aplicado en el canto ni en el canto coral.

-Teniendo en cuenta la forma en que el virus se propaga por el aire, hay una pregunta entre los cantantes ¿hasta qué punto en la actividad de respiración y fonación durante el canto se nos presenta un mayor riesgo de infección?

-En el canto, el sonido se produce mediante un flujo de exhalación. Fisiológicamente, esta producción sonora se caracteriza por el hecho de que esta exhalación fluye en los cantantes repetidamente por las cuerdas vocales, los dientes, los labios y el resto del aparato fonador. Como resultado, según los conocimientos fisiológicos actuales, sólo salen pequeñas cantidades de aire por unidad de tiempo para la boca del cantante. Las moléculas del aire de la columna de aire en el tracto vocal son estimuladas para vibrar y el sonido se transmite en la sala, por vibraciones similares al péndulo de las moléculas de aire. Según nuestro conocimiento, no se ha investigado científicamente hasta qué punto el canto conduce a una mayor propagación de aerosoles infecciosos, aunque se puede inferir a partir de los estudios sobre dinámicas de fluidos de diferentes tipos respiratorios, habla, estornudos y tos.

-Además, puede haber producciones de saliva de los cantantes fuera de la producción de sonido. Por un lado, no es infrecuente observar que, cuando se canta se produce más salivación, que luego se elimina del sistema respiratorio tosiendo o aclarando la garganta. Asimismo, el canto prolongado puede provocar un aumento de la formación de moco debido a la sobrecarga de las vías respiratorias.

-Por las razones mencionadas, creemos que tiene sentido ampliar la regla de distancia para cantores. En nuestra opinión, la distancia 1-1,5 metros que se aplica a la población general debería superar significativamente cuando se hace música, con otras personas, aumentándola hasta 2-3 o 5 metros para reducir el riesgo de infección (Universidad de Freiburg). Además, probablemente se pueda reducir aún más el riesgo en salas muy grandes, como salas de conciertos, maximizando aún más la distancia y mediante una buena ventilación.

-Las siguientes instrucciones se basan, debido a las carencias, en aplicar los conocimientos técnicos y científicos generales a la situación específica del canto y en la información recogida de otros países en todo el mundo. Así pues, representan las valoraciones personales, dado que hasta ahora no hay suficientes estudios científicos en el campo del canto coral, pero sí en la evidencia de la prevención de riesgos en su práctica. Este documento es, por tanto, un borrador de trabajo, que será revisado y ajustado a medida que se avance en el tiempo, según el estado de la normativa existente y los nuevos conocimientos científicos y técnicos.

2. INTRODUCCIÓN

-Para elaborar el presente borrador del Plan de Prevención, se han tenido en cuenta los conocimientos y las recomendaciones sanitarias, así como el documento de "Recomendaciones sobre actuaciones vinculadas a las situaciones que se puedan producir por el Efecto del coronavirus SARS-CoV - 2 ", elaborado por el Consejo de Relaciones Laborales de Cataluña y las evidencias de la Prevención de Riesgos.

-Dado que el virus SARS-CoV-2 afecta principalmente las vías respiratorias, este es también el principal modo de transmisión por el aire, la saliva y las secreciones respiratorias. En el campo de la medicina, también se encontró que un número superior a la media, de especialistas del oído, la nariz y la garganta sufrieron la enfermedad de la Covid-19, al realizar exámenes endoscópicos de la zona de la boca y la garganta.

-La propagación del virus como causa de la enfermedad Covid-19 se produce principalmente mediante aerosoles, que transportan el virus por el aire. Un aerosol es una mezcla heterogénea de partículas en suspensión muy pequeñas, nano micras, en forma de gas.

-El grupo de trabajo finlandés de la Universidad Aalto, en Helsinki, realizó una simulación informática sobre la propagación de aerosoles en una sala cerrada. Si una persona infectada emite virus cuando tose, la simulación supone que los virus todavía se pueden detectar al aire al cabo de varios minutos; incluso si la persona enferma ya ha salido, otras personas pueden inhalar los virus por el aire. Este estudio coincide con el del Instituto Robert Koch, del 17 de abril de 2020, donde se detectaron aerosoles que contenían ARN de coronavirus en muestras de aire provenientes del aire exhalado del paciente o del aire en habitaciones de los enfermos.

-Además de la ruta aérea de la infección por gotas (invisibles), también es posible la transmisión por contacto con el virus. No se puede descartar una transmisión por contacto con superficies contaminadas, como mesas, sillas, elementos de puertas, grifos, etc., ya que en determinadas circunstancias se pueden detectar virus SARS-CoV-2 en superficie y entran en contacto a través de las nuestras manos, con el riesgo posterior de tocarnos los ojos, la boca o la nariz, puertas de entrada de la infección.

-Además, no sabemos qué concentración es necesaria para que tenga poder contagioso sobre nosotros.

3. OBJETIVO.

-El objetivo principal del Plan de Prevención es el de garantizar unas condiciones de seguridad y salud, con motivo de la vuelta a las actividades de los ensayos de canto coral presencial, aunque sean de forma parcial, posterior a la situación de confinamiento, y cuando ya no existan directivas a nivel nacional que impidan la vida social con absoluta normalidad.

-Estas medidas deberán adoptar las recomendaciones preventivas necesarias ante el contagio del Coronavirus SARS-CoV2, valorando si estas medidas restrictivas necesarias para la prevención, comportan efectivamente resultados musicales utilizables en la práctica de la música coral.

-Este documento del Plan contiene las bases para la creación de la "Guía de higiene y prevención de los ensayos de canto coral".

-En la situación actual, se tendrán en cuenta las medidas para reanimar el canto coral. Se puede crear fácilmente la posibilidad de llevar a cabo elementos individuales del ensayo mediante soportes digitales. Aunque ciertamente no es posible llegar a todos los miembros del coro, de esta manera se mantendrá el contacto y, por tanto, la comunicación. El contenido a transmitir puede ser, por ejemplo, ensayos de registro, presentaciones de trabajos, grupos de trabajo o simplemente sólo participar en procesos corales. Esta actividad temporal también beneficiará al coro cuando se haya superado esta crisis sanitaria.

-Para limitar el contagio de la infección durante la reanudación controlada de los ensayos, hay medidas fundamentales que se deben implementar en nuestra actividad de canto coral para reducir el riesgo de infección.

Los cinco pilares para frenar la propagación de la infección durante los ejercicios musicales son:

-Las personas enfermas no deben participar en los ensayos de canto coral.

-La buena higiene (lavado de manos, mascarillas).

-No debe haber contacto físico entre personas (mantener distancia de seguridad).

-No utilizar instrumentos, equipos en común, ni compartir partituras.

-La sala de ensayo debe ser adecuada: espacio suficiente y proporcional al número de participantes en el ensayo.

4. RETORNO A LA ACTIVIDAD.

-No se realizará ninguna actividad musical a menos que se esté absolutamente seguro de que la actividad no contribuirá a un aumento del riesgo de infección y que puede ejercerse de acuerdo con las recomendaciones. En caso contrario, la actividad debería interrumpirse inmediatamente.

-Hasta el 31 de agosto de 2020 se recomienda no realizar ninguna actividad presencial de canto coral y, en todo caso, se volverá a evaluar el riesgo en aquella fecha, se informará del nivel de riesgo y a partir de cuándo, podrían reanudarse los ensayos. En otros países, el intervalo para reevaluar la situación de la reanudación del canto coral se da para agosto o septiembre de 2020.

-La junta del coro designará una persona del mismo coro, mejor si es un profesional sanitario que a la hora sea cantante, para llevar el control de las medidas de prevención e higiene de la infección, preparar la sala de ensayo y marcar el espacio individual que debe ocupar cada cantante.

-El director/ra del corazón deberá preparar los programas de ensayos de los próximos meses, así todos los participantes lo conocerán con antelación.

Deberá prever que unos cantantes no asistan presencialmente, porque no están convocados ese día o por ser personas sensibles, o que decidan no asistir. Estas personas deberían poder seguir el ensayo por vía telemática.

-Importante! Cada cantante decide si quiere participar o no en el ensayo. Esto también se aplica a aquellas personas que no tienen ningún riesgo debido a la edad, las enfermedades crónicas u otras afecciones médicas, pero quieren esperar a la normalización; en este caso, lo primero es la libertad de la persona.

-El regreso a la actividad presencial debería hacerse de manera gradual, por cuerdas o polifónica. 1º. Grupos pequeños hasta 5 personas. 2º. Grupos hasta 10 personas, y más adelante se podría llegar a las 20-30 personas, si las limitaciones normativas disminuyen y si las condiciones del local de ensayo lo permiten.

-Siempre en referencia al estado en la que se encuentre la zona geográfica o municipio donde se desarrolle la actividad coral.

-Se deberá preparar un posible retorno a la etapa de ensayos para los meses de septiembre / octubre de 2020. Los conciertos con público serán más difíciles de hacer hasta la primavera de 2021, dependiendo de las modificaciones y avances científicos y técnicos.

-En el caso de que se propusiera realizar algún concierto presencial en el periodo de pandemia, se debería **hacer un plan de prevención de riesgos específico para cada concierto**, donde se valorarían todos los factores de riesgo para garantizar su realización o la no realización.

-Para el regreso a los ensayos, antes que nada, se tendrá en cuenta la clasificación de los cantantes en función del riesgo de contagio:

-Personas inmunizadas que han pasado la infección: serían las primeras personas a incorporarse a la actividad. Igualmente deben observar las medidas de prevención.

-Personas no inmunizadas que no han pasado la infección: tienen riesgo de contagio. Deben observar las medidas de prevención.

-Personas que estén en contacto domiciliario o laboral con algún enfermo positivo de Covid-19: incorporarán después de haber pasado la cuarentena de 21 días.

-Personas sensibles a la Covid-19: éstas, en caso de contagiarse, sufrirían síntomas más graves que el resto de cantantes. Estas personas deben ser las últimas en incorporarse a la actividad. Deberían esperar la evolución de la pandemia y la aplicación de la vacuna, en su momento, para poder volver.

-Existe la posibilidad de realizar un test de inmunidad a todos los cantantes, previo a la vuelta. Esta acción es voluntaria y privativa de cada persona; en ningún caso es obligatoria y estaría en relación a la evolución de la pandemia. Sin embargo, hoy por hoy, se ve inviable esta determinación analítica de forma general a todos los cantantes.

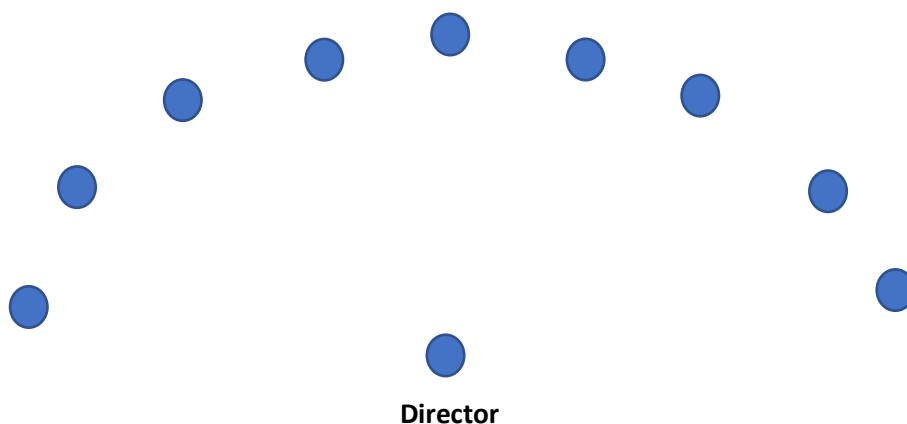
Para todos los cantores: caso de aparecer fiebre o patología respiratoria u otros síntomas compatibles con la Covidien-19 en su casa, NO ASISTIRÁN los ensayos hasta la curación del proceso que la provoca y la cuarentena necesaria de 21 días. En caso de duda, consultar a su médico

En cuanto a las personas externas, se tendrá en cuenta lo que se ha definido en todos los apartados.

5. MATERIALES y EQUIPOS NECESARIOS

Antes de la vuelta a la actividad, se deberán adquirir los siguientes materiales y equipos (cantante o coral):

- Mascarillas Quirúrgicas, para los cantantes y para el resto de personas que asisten al ensayo, y mantener el distanciamiento de 2 metros entre personas (máxima seguridad con mascarilla). Calcular el abastecimiento para tres meses aproximadamente.
- Son recomendables, además de la mascarilla, el uso de Pantalla o Gafas de protección para el director, por encontrarse en el centro de las proyecciones, así como otras personas presentes en la sala.



- Pañuelos desechables: disponer de unas cajas de pañuelos en el lugar de ensayo.
- Contenedores para rechazar los pañuelos: distribuirlos de la misma manera que las cajas de pañuelos.
- Jabón para las manos: garantizar el aprovisionamiento para todos los aseos. (papel para secar las manos)
- Solución hidroalcohólica para las manos: facilitar dispensadores en el lugar de ensayo.
- Spray con solución de hipoclorito sódico (lejía) al 0,1% (un tapón de lejía por medio litro de agua, para desinfectar superficies metálicas y de madera del lugar de ensayo, las suelas de los zapatos, etc .)



- Carpetas con bolsas de plástico transparente para las partituras (es opcional) habrá que diseñar una gestión correcta de las partituras para no contaminar, otra opción es la utilización de tabletas (tablet).



Termómetro frontal laser.



6. PROTOCOLO DE ENTRADA AL RECINTO DE ENSAYO.

-Desinfección: a la hora de acceder a la sala de ensayo, todas las personas se desinfectarán las manos con agua y jabón o solución hidroalcohólica.

-Control de temperatura frontal (a cargo de la persona designada). En caso de que se detecte fiebre, otros síntomas compatibles o problema respiratorio significativo en algún cantante, no se le dejará acceder a la sala de ensayo y se reenviará a su domicilio con la indicación de que se ponga en contacto con los servicios sanitarios o su médico.

-Alfombra desinfectante, con solución de lejía al 0.1%, o patucos de papel o de plástico.



-Los cantantes llevarán mascarilla quirúrgica para el acceso y para cantar.

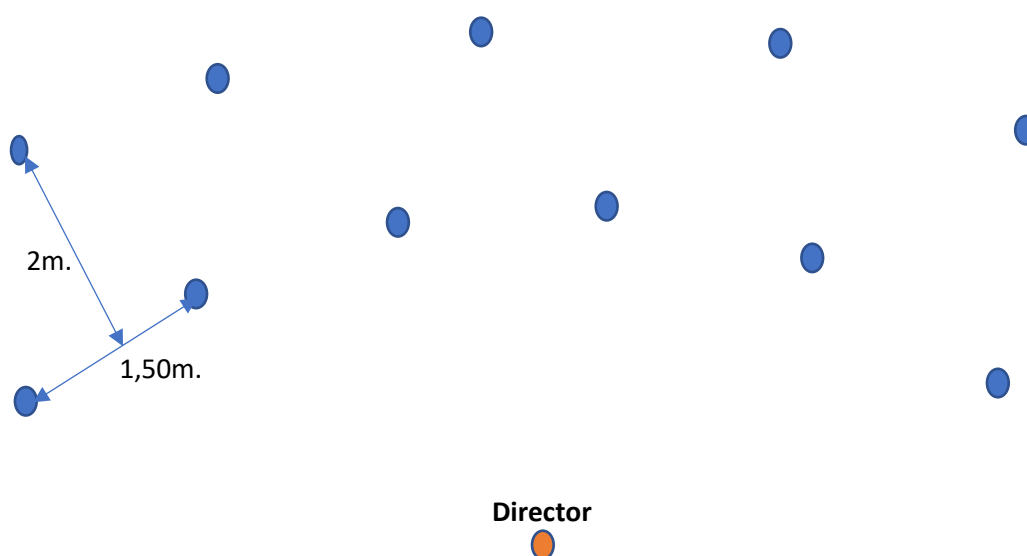
-El director y las otras personas necesarias para el ensayo llevarán máscara quirúrgica, y también puede incluirse pantalla facial o gafas de protección.

- (Opcional) Recibirán la carpeta de partituras, debidamente desinfectada con alcohol 70º o líquido desinfectante, y no se sacará ninguna partitura de papel de la carpeta.

-Si el local propio no recoge condiciones, se hará una prospección para encontrar donde realizar los ensayos: salas grandes, auditorios, salas de actos, polideportivos, iglesias ..., respetando las restricciones de aforo que se fijen en cada momento, con la adecuada higiene previa y posterior del local; cuando más grande y más volumen haya, mejor, así se podrá respetar el distanciamiento social, que se materializa en distancia física.

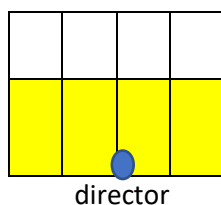
-La separación mínima entre los hombros de los cantantes será de 1,5m., Y entre filas, de 2m., para cantar con mascarilla.

Los esquemas son en cuadrícula, pero la disposición puede ser circular y las filas alternas, de forma que un cantante de la segunda fila, quede entre dos de la primera, haciendo una triangulación

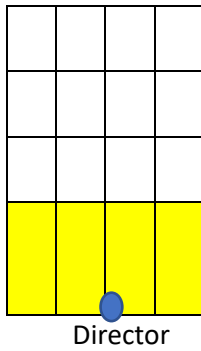


Sala de ensayo:

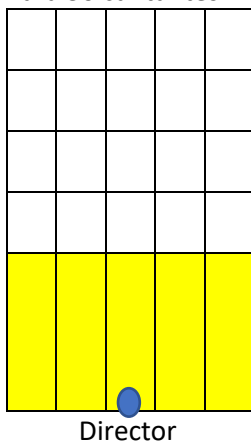
Hasta 10 cantantes + director = + 27m², (5 cantantes por dos filas, separación 1,5m x 2m. director a 2,5 metros, mínimo.) 6m x 4,5m.



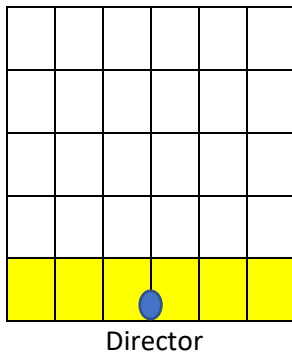
Para 20 cantores + director = + 54m², (5 cantantes por 4 filas, separación 1,5m x 2m. Director a 2-3 metros.) 6m x 9m.



Para 30 cantantes = + 82,5m² (6 cantantes por 5 filas, 3-4m director) 7,50 m. X 11m.



Para 35 cantantes = + 99m² (7 cantantes x 5 filas, 4m. director) 9m x 11m.



-Es recomendable marcar en el suelo, con una cruz, el punto de ubicación de cada cantante.

7. MEDIDAS ORGANIZATIVAS.

Se adoptarán las siguientes medidas organizativas:

- No se podrán utilizar salas con suelo de moqueta, por la dificultad para limpiar y desinfectar.
- Deberá haber ventanas para facilitar la ventilación de las salas.
- Estudiar la colocación de elementos de ventilación / filtración en las salas.
- Cantar de pie, para mejorar la respiración y facilitar la limpieza de los locales.
- Se recomienda realizar los ensayos en partes de 30 minutos, con una pausa de 15 minutos.

- Zonas de descanso*: restringir la cantidad de personas en función del espacio, de manera que se garantice la distancia de seguridad: 1m. con mascarilla para hablar; sin mascarilla, 2m.
- Formar e informar a todos los cantantes sobre las normas de higiene personal, mediante carteles u otros medios (como lavarse las manos correctamente, cómo actuar en caso de toser o estornudar, etc.).
- Se hará un listado de cantantes asistentes a cada ensayo sólo con finalidad epidemiológica en caso de contagio.

8. NORMAS PARA LOS CANTORES

Previamente al inicio de esta etapa de ensayos presenciales, se deberá informar y formar a los cantores, preferiblemente por medios digitales, en relación a:

- El protocolo de asistencia y desarrollo de los ensayos.
- Las normas de higiene personal, mediante carteles u otros medios (como lavarse las manos correctamente, cómo actuar en caso de toser o estornudar, etc.).
- El uso correcto de las máscaras (obligatorio).
- Utilizar correctamente y no compartir las carpetas de partituras.
- Se realizará, por parte de las federaciones, un soporte de comunicación digital para facilitar el acceso de los coros y los cantores a la información y solución de dudas.
- Se recomienda que los cantantes que reciban esta formación firmen la hoja de formación, aceptación y cumplimiento de estas normas.
- La Junta y el director de la coral están obligados a familiarizarse con la "*Guía de higiene y prevención de los ensayos de canto coral*". Es importante tener un buen conocimiento tanto de la Guía como del contenido de este documento.
- La Junta debe proporcionar una buena información sobre el control de las infecciones, la higiene y las restricciones antes de cada ensayo. Hay que informar a todos los cantantes por correo electrónico, redes sociales y SMS, antes de cada ensayo, sobre los Cinco pilares que figuran en el apartado 3-OBJETIVOS y sobre las directrices de higiene y prevención de la Guía.
- El gestor de control de la infección (uno de los miembros del corazón debería tener la función de control de la infección, mejor si es un profesional sanitario) debe preparar la sala de ensayo y marcar el espacio individual de cada cantante en la sala, todo el mundo lo ha de conocer.
- Para la desinfección manual la coral se dispondrá de gel hidroalcohólico y toallitas o pañuelos de papel.
- La utilización de los aseos se limitará al lavado de manos y secarse siempre con papel; el uso de wc será sólo para casos urgentes.
- Todos los cantantes tienen que efectuar un lavado exhaustivo de manos antes y después de cada ensayo.
- En terminar, limpiar las superficies que hayan tocado: con alcohol 70% las plásticas, y con solución de lejía al 0,1% las metálicas y de madera.
- Hay que evitar todo contacto físico; esto también se aplica a la distribución / compartición de partituras, tabletas y otros equipos.
- Se recomienda ventilar bien la sala después de la actividad de cada grupo, si la prueba se divide en varios grupos.
- El Gestor de control de infecciones medirá y marcará el espacio de cada cantante antes del ensayo con cinta o parches post-it, según el tamaño del grupo y las regulaciones. Recomendamos que esto se haga antes del ensayo y se comunique a los cantantes con antelación.
- Siempre se ha de guardar la distancia de seguridad en todas las direcciones hacia los cantantes más cercanos.
- El director de la coral ha de establecer un plan para los ensayos y lo publica con anterioridad a la puesta en marcha.

Todo el mundo debe llegar puntual a la hora de ensayo. No se permiten apretones de manos, ni abrazos.

-Si el ensayo se divide en varios grupos, se ha de realizar 15 minutos de "tiempo muerto" entre cada grupo, para unas correctas entradas y salidas de la sala, su adecuación y ventilación.

-Si se distribuirán partituras físicamente, hay que hacerlo llevando guantes de protección.

-El piano sólo debe ser utilizado por una sola persona (director o acompañante); en caso de uso por más de una persona, se deberá desinfectar cada vez.

9. PERSONAS EXTERNAS AL ENSAYO

Se deben tomar las siguientes medidas:

-Evitar la entrada de personas externas que no sean indispensables.

-Las actividades realizadas por empresas externas que sean necesarias, como la limpieza, deberán realizarse fuera del horario del ensayo. Si se requiere el uso de la limpieza e higienizar, estas acciones se harán después del ensayo.

-Otros músicos: mantener la distancia de seguridad, teniendo un lugar ubicado en la sala, con las distancias de seguridad. Evitar la circulación por la sala de ensayo. Deben llevar las EPIs necesarias.

Visitas: se restringirán todas las visitas a los ensayos.

-Se aplicará el mismo protocolo de entrada al recinto que se aplica a los cantantes.

10. LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE LAS INSTALACIONES

Aumentar la frecuencia e intensificar la limpieza y desinfección de las superficies de riesgo: pomos de puertas, barandillas y pasamanos, botones, mostradores, mesas de uso común, grifos, etc.). Se desinfectarán los materiales usados (carpetas,), después de usarlos, dejando el material preparado para el próximo uso.

-Facilitar a los cantantes el material necesario para la limpieza de su carpeta, si es necesario, y dar el tiempo necesario para realizar esta tarea.

-Ventilar la sala de ensayos, antes y después.

Valorar la utilización de elementos de ventilación / filtrado / desinfección con Filtros HEPA, UV, -OH, O3.

-Compartir salas adecuadas entre diferentes corales mientras dura la crisis. Pedir espacios de titularidad pública.

11. ACTUACIÓN ANTE EL RIESGO RELACIONADO CON LA COVID-19 Y LOS CANTORES ESPECIALMENTE SENSIBLES.

Según indicaciones de la Consejería de Salud, se considera una persona especialmente sensible aquella con enfermedades crónicas o situación de embarazo que pueda aumentar su susceptibilidad frente a la infección COVID-19.

Identificación de personas especialmente sensibles:

Se consideran personas especialmente sensibles ante el Coronavirus las que sufran:

- Enfermedades cardíacas crónicas: antecedentes de infarto de miocardio o angina de pecho, valvulopatías, o cualquier otra enfermedad de corazón.
- Hipertensión arterial.
- Enfermedades respiratorias crónicas: asma, bronquitis crónica, enfermedad pulmonar obstructiva crónica, enfisema, fibrosis pulmonar.
- Diabéticos con tratamiento farmacológico.

- Insuficiencia renal moderada o grave.
- Inmunodeprimidos o en tratamiento con inmunodepresores: VIH, trasplantados, etc.
- Enfermedades hepáticas crónicas avanzadas.
- Obesidad mórbida (IMC > 40)
- Cantantes mayores de 65 años.
- Cantantes embarazadas o en periodo de lactancia.

De estos grupos, las personas con patología cardiorrespiratoria no podrían intervenir en ningún ensayo, por su limitación respiratoria, INCOMPATIBLE CON EL USO DE LA MASCARILLA, hasta la normalización de la situación.

Las personas que sufran alguna de las otras enfermedades o situaciones incluidas en la relación anterior, comunicarán al director o al responsable del coro su condición de persona especialmente sensible, pero sin indicar concretamente la patología. Deberán contactar con su médico para valorar su situación de salud con respecto a la realización de la actividad en los ensayos y conciertos de canto coral, haciéndole conocer al médico las medidas de protección que el Coro ha implantado para la realización de esta actividad, y será su médico el que indicará si puede o no realizar esta actividad. Dicha autorización será enviada al responsable del Coro.

TELEFONOS DE EMERGENCIA

☎ **EMERGENCIAS GENERALES: 112**
 ☎ **POSIBLES CONTAGIOS: 061 o 112**
 ☎ **RESPONSABLE :**

Redactado por Luis Gómez y Roldán (médico, especialista en Medicina del Trabajo, Técnico Superior en Prevención de Riesgos Laborales. Vicepresidente de la FCEC y presidente del Orfeo de Sants).

Con la colaboración de:

Dra. Montserrat Bonet y Agustín (médica, especialista en Foniatría y Otorrinolaringología, profesora de la UB y de la ESMUC. Directora de coro)

Cori Casanovas y Barberà (médica, especialista en Foniatría, profesora de la ESMUC y de la Universidad Ramon Llull-Blanquerna)

Pilar Verdaguer y Cardalda (médica, diplomada en Geriatria. Cantante y directora de coro)

Lluc Bosque y Conde (médico, Salud Laboral y Emergencias, grupo EVES educación de la voz de la UAB. Cantante).

Suscriben este documento todas las federaciones corales de Cataluña



Este Plan de Prevención de Riesgos de la Covid-19 para la actividad del Canto Coral se ajusta a la "GUÍA DE BUENAS PRACTICAS PARA REINICIAR DE LA ACTIVIDAD ESCENICA Y MUSICAL EN ESPAÑA" del Instituto Nacional de las Artes Escénicas y de la música, del Ministerio de Cultura y Deporte de España de 06/12/2020

Bibliografía.

- Infection Prevention and Control of Epidemic-and Pandemic-Prone Acute Respiratory Infections in Health Care. World Health Organization; 2014.
- A Sneeze. Lydia Bourouiba, Ph.D August 25, 2016 N Engl J Med 2016; 375:e15 DOI:10.1056/NEJMicm1501197
- Data del NIH Pub Med.gov, J.Xie et al., Indoor Air, June 2007.
- Turbulent Gas Clouds and Respiratory Pathogen Emissions Potential Implications for Reducing Transmission of COVID-19 Lydia Bourouiba, PhD JAMA. Published online March 26, 2020. doi:10.1001/jama.2020.4756
- Malin Alsved, Lydia Bourouiba, Caroline Duchaine, Jakob Löndahl, Linsey C. Marr, Simon T.Parker, Aaron J. Prussin, Richard J. Thomas. (2020) Natural sources and experimental generation of bioaerosols: Challenges and perspectives. Aerosol Science and Technology 54:5, 547-571.
- Temporal dynamics in viral shedding and transmissibility of COVID-19. Xi He et col. Nature Medicine. <https://doi.org/10.1038/s41591-020-0869-5>
- L. Tian et col. "Calibrated Intervention and Containment of COVID-19 Pandemic" 2020.
- Neeltje van Doremalen, Trenton Bushmaker, Dylan H. Morris, et col. Aerosol and Surface Stability of SARS-CoV-2 as Compared with SARS-CoV-1. New England Journal of Medicine April 16, 2020;382
- COVID-19: más allá de su alta infectividad...¿Por qué nos contagiamos tanto? Integrando los nuevos conceptos de aero-biología, dinámica de fluidos respiratorios y carga viral Autor: Dr. Martin Lombardero (Jefe de Imágenes Sanatorio Trinidad, Buenos Aires, Argentina)
- Documento de REHVA sobre cómo operar y utilizar instalaciones térmicas en edificios para prevenir la propagación del coronavirus (COVID-19) (SARS-CoV-2) en los lugares de Trabajo. Prof. Jarek Kurnitski, Universidad Tecnológica de Tallin, Presidente del Comité de Tecnología e Investigación REHVA Atze Boerstra, vicepresidente de REHVA, director gerente BBA Binnenmilieu Francesco Franchimon, director gerente Franchimon ICM Prof. Livio Mazzarella, Universidad Politécnica de Milán. Jaap Hogeling, gerente de proyectos internacionales en ISSO Frank Hovorka, presidente de REHVA, director de tecnología e innovación FPI, París Prof. em. Olli Seppänen, Universidad de Aalto, revisado por el profesor Yuguo Li de la Universidad de Hong Kong, Documento de Posicionamiento de ASHRAE sobre Aerosoles Infecciosos *Traducido bajo licencia de ASHRAE*. Aprobado por el Comité de Dirección (BOD) de ASHRAE el 14 de abril del 2020.
- Guidelines from Norwegian directorate of health for music rehearsals.
- La estimación del riesgo de infección por coronavirus en el ámbito de la música. Prof. Dr. med. Dr. phil. Claudia Spahn, Prof. Dr. med. Bernhard Richter. Instituto de Medicina para Músicos de Friburgo, Clínica Universitaria y Escuela Superior de Música de Friburgo (Freiburger Institut für Musikermedizin, Universitätsklinikum und Hochschule für Musik Freiburg).
- Sports Event Planning Considerations Post-COVID-19 United States Olympic & Paralympic Committee May 7, 2020 – v0.14 Jonathan Finnoff, DO, FACSM, FAMSSM. USOPC Chief Medical Officer
- Physiological Impact of the N95 Filtering Facepiece Respirator on Healthcare Workers , Raymond J Roberge MD MPH, Aitor Coca PhD, W Jon Williams PhD, Jeffrey B Powell MSc, and Andrew J Palmiero
- "Effect of voicing and articulation manner on aerosol particle emission during human speech" Sima Asadi, Anthony S. Wexler, Christopher D. Cappa, Santiago Barreda, Nicole M. Bouvier, William D. Ristenpart.
- Roy, Chad J, Milton, Donald K. Airborne Transmission of Communicable Infection — The Elusive Pathway. New England Journal of Medicine 350:1710 - 1712, 2004.
- PROTECCION RESPIRATORIA: MASCARILLAS QUIRURGICAS Y MASCARILLAS DE PROTECCIÓN. Salud Laboral, Gobierno de La Rioja.
- Modalités de déconfinement Conservatoires -Ecoles de musique, Syndicat National des Enseignants et Artistes.
- PROCEDIMIENTO DE ACTUACIÓN PARA LOS SERVICIOS DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES FRENTE A LA EXPOSICIÓN AL SARS-CoV-2 8 de abril de 2020.