PLAN DE AUTOPROTECCIÓN
VI Carrera Solidaria por el Autismo
Parque del Alamillo - Sábado 15 de marzo

Contenido

1. Identificación de los titulares y del emplazamiento de la actividad. 2
2. Descripción detallada de la actividad y del medio físico en el que se desarrolla. 2
2.1 Recorrido de la carrera: 2
2.2 Zonas de avituallamiento: 4
2.3 Horarios y programación: 4
2.4 Infraestructura y recursos disponibles 4
Planos del Espacio y disposición de los elementos. 5
3. Inventario, análisis y evaluación de riesgos. 6
3.1 Identificación, análisis y evaluación de los riesgos de la zona o instalación donde se desarrolla la actividad. 6
3.2 Identificación, análisis y evaluación de los riesgos propios de la actividad. 6
3.3 Identificación, cuantificación y tipología de las personas afectas a la actividad 6
4. Inventario y descripción de las medidas y medios de autoprotección 6
4.1 Control de accesos y señalización: 6
4.2 Ubicación de puntos de asistencia sanitaria: 6
4.3 Medios de comunicación interna: 7
4.4 Medios Materiales: 7
4.5 Medios personales 7
5. Plan de actuación ante una emergencia 7
5.1 Procedimientos en caso de emergencia: 7
5.2 Identificación y clasificación de emergencias 7
5.3 Procedimiento y Actuación ante emergencias 7
5.4 Identificación y funciones de las personas y equipos que llevarán a cabo los procedimientos de actuación. Equipo de alarma y evacuación, primeros auxilios. 8
5.5 Puntos de reunión seguro: 8
6. Capítulo 6. Implantación del Plan de Autoprotección. 9
6.1. Programa de información a todo el personal sobre el Plan de Autoprotección. 9
6.2. Programa de información general para los usuarios. 9
7. Integración de plan de autoprotección en otros de ámbito superior. 9
8. Protocolos de Comunicación y Coordinación 9

1. Identificación de los titulares y del emplazamiento de la actividad.

- **Nombre del evento:** VI Carrera Solidaria por el Autismo
- **Lugar del evento:** Parque del Alamillo. Glorieta General Riego, 41015, Sevilla
- **Organizador:** Asociación Autismo Sevilla
  CIF: G-41568510
  Avenida del deporte 3, 41.002 Sevilla
  Tfno: 954405446
- **Dirección de Carrera:**
  - **Dirección general:** Beatriz Bonilla Pérez
  - **Dirección seguridad y voluntarios:** Carlos Romero
  - **Labores de apoyo:** Iván Garzón Castaño

2. Descripción detallada de la actividad y del medio físico en el que se desarrolla.

Actividad deportiva organizada por Autismo Sevilla en colaboración con el Parque del Alamillo, que consiste en carrera competitiva en diferentes categorías y una marcha familiar.

Este evento pretende:

- Reunir al mayor número de participantes posibles, tanto profesionales como aficionados.
- Promover y fomentar la práctica del deporte.

Una vez en la salida, los organizadores darán la señal para el comienzo, no parando el cronómetro hasta la finalización del recorrido.

Previamente, el recorrido, zonas de control, recuperación, calentamiento, avituallamiento y personal de la organización, así como la destinada al público asistente, habrán sido señaladas suficientemente, respetando las distancias de seguridad.

El número estimado de participantes y asistentes al evento es de 1.200 – 1.500 personas

Es difícil estimar un aforo máximo total debido al carácter espontaneo del evento en cuanto a público que se traslade al lugar a ver la prueba.

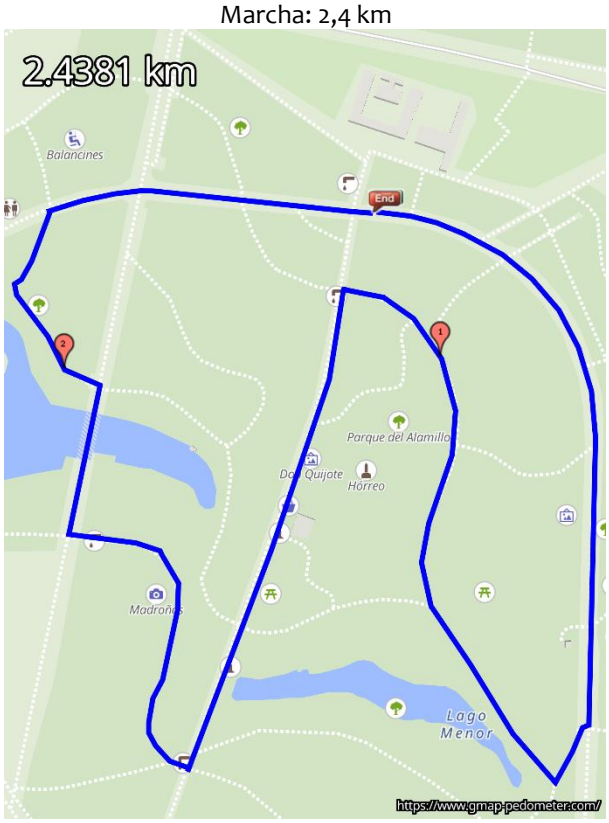
2.1 Recorrido de la carrera:

Habrá una carrera competitiva de 6,2 km; una marcha familiar de 2,5 km y 5 pruebas de categorías infantiles en el interior del Parque del Alamillo.

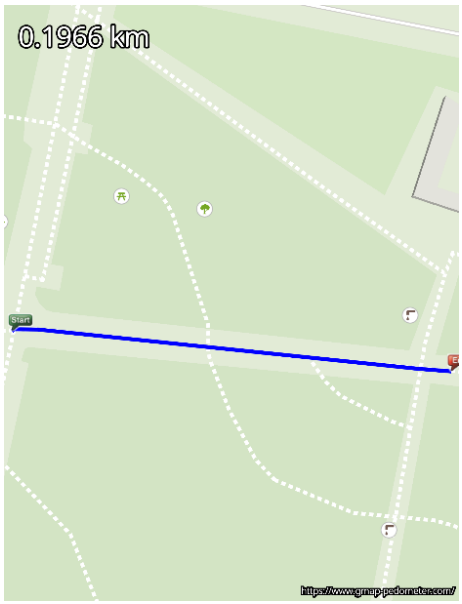
Carrera competitiva: 6,2 km

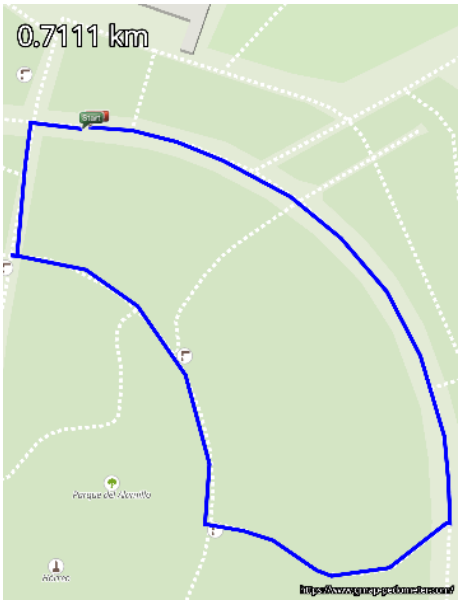


Marcha: 2,4 km



Categorías infantiles: 0,2 km, 0,7 km y 1,6 km y







2.2 Zonas de avituallamiento:

Contaremos con un punto de agua solo para la Carrera, facilitado por el Parque del Alamillo en el km 4 aproximadamente.
A la llegada, contaremos con un punto de avituallamiento de solidos (fruta), ubicado en la meta.

2.3 Horarios y programación:

Timing previsto:

- ✓ 9.00 horas – reparto de dorsales
- ✓ 10.00 horas – salida de la Prueba Reina
- ✓ 11.15 horas - Categorías Inferiores:
  - Pitufos femenino
  - Pitufos masculino
  - Benjamines
  - Infantiles
  - Cadetes
- ✓ 12,00 – inicio de Talleres infantiles
- ✓ 12.15 aprox- salida de la marcha
- ✓ 13,15 – inicio zumba desde el escenario fijo del parque.
- ✓ 13,30 - finalización marcha
- ✓ 13,45 – Entrega de premios y Sorteo
- ✓ 17,00- Fin de las actividades

2.4 Infraestructura y recursos disponibles

<u>Material cedido por el Parque del Alamillo:</u>

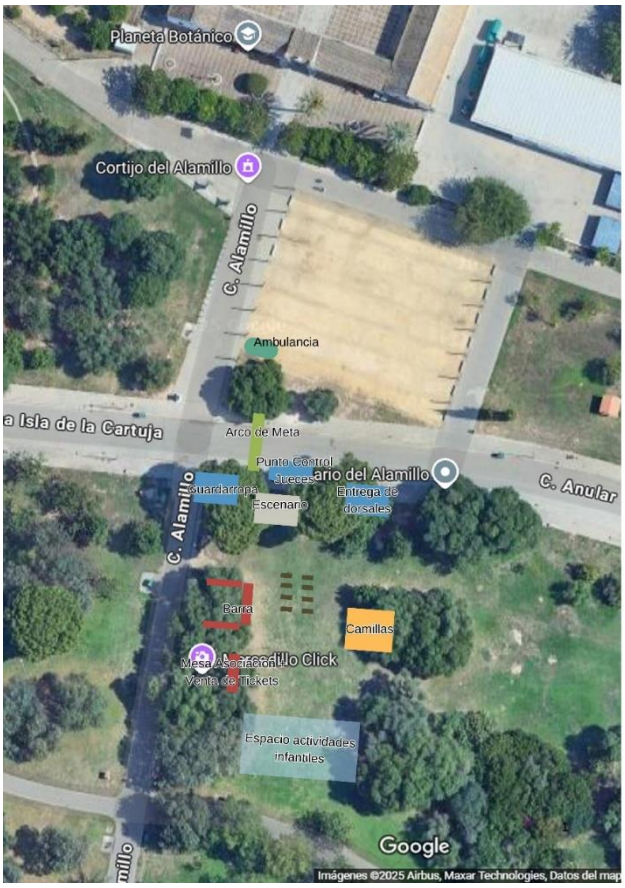
- ✓ Arco de meta
- ✓ Vallas
- ✓ 6 Mesas tipo tablero.
- ✓ 4 Carpas

- ✓ Mesas de picnic para la explanada
- ✓ Contenedores de basura
- ✓ Punto de agua para el avituallamiento
- ✓ Baños del parque
- ✓ Puntos de luz necesarios

<u>Material aportado por la entidad organizadora:</u>

- ✓ Mesas para la entrega de dorsales y avituallamiento (2)
  Tipo de material:Plástico/ Resina. Medidas: 180 x 75 x 74
- ✓ Sillas para los jueces de Federación y guardarropa (4)
- ✓ camillas para masajes (3)
- ✓ Fotocall de 300x226 cm. Estructura de aluminio peglabe + lona (1)
- ✓ Sonido ambiente y animación, aportado por la empresa Staff Sound:
  - 4 ud Altavoz activo y soportes
  - 1 ud Consola de sonido analógica
  - 1 ud Transmisor de mano
  - 1 ud Receptor inalámbrico digital
  - 1 ud Bateria recargable
  - 1 ud Pinza para micrófono de mano

Planos del Espacio y disposición de los elementos.







3. Inventario, análisis y evaluación de riesgos.

3.1 Identificación, análisis y evaluación de los riesgos de la zona o instalación donde se desarrolla la actividad.

Cualquier componente de la Organización y/o servicios de urgencias, podrán detectar algún tipo riesgo, este se pondrá en conocimiento a la mayor brevedad posible con la Dirección de Carrera, dando la información del lugar y características más precisas posibles del riesgo existente. La dirección de carrera, analizará la información recibida, analizándola, evaluándola y tomando la decisión más coherente y razonable posible siguiendo el protocolo recogido en este plan de emergencias y en su caso se movilizarán los servicios de urgencias.
No constan puntos críticos en el recorrido de la carrera

3.2 Identificación, análisis y evaluación de los riesgos propios de la actividad.

- Lesiones. Los participantes están expuestos a lesiones musculares debido al cansancio muscular. . Estas lesiones suelen ser tirones musculares o deshidratación.
- Lesiones sufridas por caídas, torceduras, esguinces. Para todo ello la organización dispone de un servicio de urgencia comprendido por una Ambulancia con Médico, DUE y conductor del vehículo.
- Y para combatir la deshidratación del participante la organización contará con 1 punto de avituallamiento en el punto kilométrico 4 en el que se dispondrá para el participante líquidos (agua) y en la meta otro punto de avituallamiento con alimentos sólidos (fruta)

En cuanto al público asistente, los riesgos más comunes serían los desvanecimientos por deshidratación, a tratar por nuestro servicio médico antes mencionado.

3.3 Identificación, cuantificación y tipología de las personas afectas a la actividad

Se contara con un número máximo de 1500 participantes, todos ellos con dorsal expuesto en la parte delantera de la camiseta. La Organización cuenta con todos los datos de filiación de los corredores.

4. Inventario y descripción de las medidas y medios de autoprotección

4.1 Control de accesos y señalización:

El recorrido estará señalizado con conos, cinta de balizar y con voluntarios ubicados en zonas concretas en diferentes puntos kilométricos.
Tanto en la cabecera de la Carrera, como en la cola, contaremos con un equipo en bici para señalizar el inicio y el fin del grupo y que sirva como referencia.

4.2 Ubicación de puntos de asistencia sanitaria:

La ambulancia y el personal sanitario estará ubicado en la explanada delante del Cortijo, para que tenga acceso rápido en caso de ser necesario.
Es el personal de la ambulancia, servicio aportado por Cruz Roja, quién estará en contacto constante con la Dirección de Carrera ante cualquier accidente o incidencia de los corredores y marchadores.

4.3 Medios de comunicación interna:

A través de teléfonos móviles del equipo. También contamos con megafonía desde el escenario en caso de que sea necesario.

4.4 Medios Materiales:

- Conos señalización
- Cinta balizadora

4.5 Medios personales

- Conductor ambulancia.
- Médico de ambulancia.
- DUE de ambulancia.
- 5 personas de la Organización.
- 50 personas de voluntariado.

5. Plan de actuación ante una emergencia

5.1 Procedimientos en caso de emergencia:

El equipo de Dirección de Carrera estará en constante comunicación (vía móvil) con la persona encargada de la Seguridad del Parque el día del evento ante cualquier situación de emergencia.
El equipo de Dirección de Carrera el encargado de la evacuación, siempre en coordinación con el equipo del Parque.

5.2 Identificación y clasificación de emergencias

Emergencias leves:

- Caídas durante la carrera.
- Golpes de calor o bajadas de tensión.

Emergencias graves:

- Caída grave

5.3 Procedimiento y Actuación ante emergencias

Emergencias leves

- Lesiones leves del corredor y/o terceros. En situaciones de preemergencias, caídas que pueden ser solucionadas sin la necesidad de que el personal sanitario se traslade hasta el lugar del incidente. El personal de organización le indicará el lugar de la ambulancia o el centro de salud más cercano.
- Deshidratación del corredor y/o terceros. La fecha en que se hará la prueba 12 de marzo, no se prevé altas temperaturas, pero la posibilidad de que fuera al contrario y la mala preparación y/o condición física de algunos de los corredores, se puede dar el caso de falta de deshidratación, para ello la organización ofrecerá al corredor 1 puntos de avituallamientos sólidos y líquidos, con fruta y agua con el fin de contrarrestar este síntoma.

Emergencias graves

- Caída de Gravedad. En situaciones de Emergencias, caídas que precisen de la intervención de equipos de emergencias in situ. Cualquier persona de organización y/o otros descritos en este plan, contactará mediante móvil con la Directora de Carrera ,

en forma precisa y clara de la posición en la que ha ocurrido el incidente, número de afectados y una primera valoración de la situación, estos junto con el Coordinador del Plan de Emergencias, clasificarán la emergencia como parcial o general en función de la gravedad y contactara con los medios de intervención correspondientes. En caso de ser necesario el traslado de la ambulancia, ésta junto con el Direcor de seguridad y voluntarios se trasladarán al lugar más cercano al incidente. En caso de que la emergencia parcial pase a ser a general, porque la acción implique que los medios de seguridad queden inoperativos para las acciones descritas en este Plan, o porque la gravedad requiera la intervención de medios externos a la actividad, ésta será inmediatamente interrumpida lo que se comunicará rápidamente a los participantes y al público asistente. En caso de evacuación de los afectados serán llevados al Hospital Universitario Virgen Marcarena sito en Avda. Dr. Fedriani nº 3 de Sevilla, 955 40 24 82.

5.4 Identificación y funciones de las personas y equipos que llevarán a cabo los procedimientos de actuación. Equipo de alarma y evacuación, primeros auxilios.

La Dirección de la Carrera y la Ambulancia contarán con el listado de personas y contacto de los puestos de avituallamientos donde se encontrarán totalmente identificado la persona de la organización y/o voluntariado junto con el teléfono de esa persona. Para equipos de alarma y evacuación se contará con cada uno de los componentes de la organización y voluntariado. Para equipo de primeros auxilios, los ofrecidos por el personal cualificado de servicio de ambulancia (Médico, DUE y conductor).

5.5 Puntos de reunión seguro:

La zona de reunión será la explanada del Cortijo y la salida del Parque debe ser por la más cercana al lugar de celebración de la Carrera, la Puerta del Norte.



6. Capítulo 6. Implantación del Plan de Autoprotección.

6.1. Programa de información a todo el personal sobre el Plan de Autoprotección.

Este plan en formato digital será repartido entre los componentes de la organización y voluntariado. Con el fin puesto en realizar una charla informativa impartida el Coordinador de este Plan de Autoprotección Dª Beatriz Bonilla. Esta charla se realizará con el objetivo de aclarar, coordinar y explicar este Plan de Emergencia y Autoprotección, e indicar a cada componente el modo de actuación en diferentes emergencias dadas.

6.2. Programa de información general para los usuarios.

Este plan en formato digital será expuesto en la web de Carrera de Autismo Sevilla, www.autismosevilla.org/carrera donde el corredor y/o espectador interesado podrá descargárselo de modo fácil y gratuito, con el objetivo puesto en conocerlo el mayor número posible de personas que se encuentren en el lugar de una emergencia.

7. Integración de plan de autoprotección en otros de ámbito superior.

Ante cualquier contingencia, nuestro plan de emergencia pasaría a otro de ámbito superior, tanto si hay que trasladar a algún participante o espectador de la prueba a algún centro de salud próximo, el cual a partir de ese momento pondrá en marcha su plan de autoprotección, como si por problema con los vehículos, o accidentes de participantes importantes tuviéramos que solicitar ayuda a este centro para traslados.

8. Protocolos de Comunicación y Coordinación

Todos los componentes de la organización, se conectarán vía teléfono móvil o radio. Cada puesto de control deberá avisar al Coordinador de Seguridad cuando llegue la cabeza de carrera y la bicicleta de cierre, así en todo momento se sabrá por donde rueda el largo de los corredores.
Así mismo habrá contacto directo vía radio desde todos los puntos de avituallamiento, efectivos de control y dirección de carrera en la zona de meta.

Descripción	Nombre	Teléfono
Dirección General	Beatriz Bonilla Pérez	634 474 333
Dirección de Seguridad y voluntarios.	Carlos Romero Reina-	627 69 03 55
Apoyo	Iván Garzón Castaño-	650 90 00 95
Hospital Virgen Macarena	Urgencias	955 40 24 82
Emergencias		112

Fecha de elaboración: Marzo de 2025