

Protocolo de reapertura para ligas deportivas juveniles

Actualizaciones recientes:

8/12/20: Actualizado para permitir que los jugadores se quiten los cobertores faciales durante periodos de ejercicio intenso (cambios resaltados en amarillo).

8/6/20: Actualizado para especificar que los jóvenes pueden patear o lanzar una pelota de un lado a otro en parejas, pero no como actividad grupal.

El Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles está adoptando un enfoque por etapas, respaldado por la ciencia y por la experiencia de salud pública, para permitir que ciertos lugares vuelvan a abrir de manera segura. Los requisitos a continuación son específicos para los Programas de Deportes Juveniles a los cuales la Orden del Oficial de Salud Pública del Estado les permite estar abiertos. Además de las condiciones impuestas por el Gobernador a estos programas específicos, estos tipos de programas también deben cumplir con las condiciones establecidas en esta Lista de verificación para deportes juveniles.

Tenga en cuenta que este protocolo se aplica a las ligas deportivas recreativas para jóvenes, deportes de clubes, deportes de viaje y deportes patrocinados por escuelas privadas y públicas que atienden a estudiantes en escuelas TK-12. No está destinado a ser utilizado por ligas deportivas para adultos, incluidos los deportes universitarios o los deportes para adultos aficionados, que deben permanecer cerrados según la Orden del Oficial de Salud del Estado. **Hasta nuevo aviso, todas las actividades deportivas juveniles deben realizarse al aire libre.**

Tenga en cuenta: Este documento puede actualizarse a medida que haya más información y recursos disponibles, así que asegúrese de consultar el sitio web del condado de Los Ángeles <http://www.ph.lacounty.gov/media/Coronavirus/> regularmente para cualquier actualización de este documento.

Esta lista de verificación cubre:

- (1) Protección y apoyo de la salud de los empleados y clientes
- (2) Medidas para garantizar el distanciamiento físico
- (3) Medidas para garantizar el control de infecciones
- (4) Comunicación con el público
- (5) Medidas para garantizar un acceso equitativo a los servicios esenciales

Estas cinco áreas claves deben abordarse a medida que su programa desarrolle cualquier protocolo de reapertura.

Todos los equipos deportivos juveniles deben implementar todas las medidas aplicables enumeradas a continuación y estar preparados para explicar por qué cualquier medida que no se implementa no es aplicable.

Equipo deportivo juvenil /nombre de la liga:

Nombre del entrenador y dirección
de la instalación:

A. MEDIDAS PARA ASEGURAR LA SEGURIDAD DEL JUGADOR Y DEL ENTRENADOR

- Se requiere un distanciamiento físico de seis (6) pies entre cada jugador y entre los jugadores y los entrenadores en todo momento.** Las actividades deportivas juveniles se limitan a actividades que permiten a todos los jugadores y entrenadores mantener una distancia física de al menos seis pies entre ellos en todo momento, y una distancia de ocho pies durante los momentos de gran esfuerzo físico. Estas actividades incluyen, entre otras, actividades de capacitación, acondicionamiento y desarrollo de habilidades. Los deportes de contacto no pueden practicarse de la misma manera que solían ser practicados antes del COVID-19.
- Se requiere que todos los jugadores, entrenadores, miembros de la familia y visitantes usen un cobertor facial adecuado que cubra la nariz y la boca en todo momento, excepto mientras nadan, se duchan, comen/beben, **al participar en ejercicios físicos intensos (manteniendo una distancia física de 8 pies o más de otros)**, o realizan ejercicio físico en solitario (como trotar solos). Esto se aplica a todos los adultos y a los niños de 2 años de edad y mayores. No se pueden usar mascarillas con válvulas unidireccionales. Solo las personas a quienes el proveedor de servicios médicos les haya indicado que no usen un cobertor facial debido a una afección médica, afección de salud mental o discapacidad que les impide usar un cobertor facial están exentas de usarlo. Los jugadores deben tomarse un descanso del ejercicio si notan alguna dificultad para respirar y deben cambiar su mascarilla o cobertor facial si se moja y se adhiere a la cara del jugador y obstruye la respiración. Las mascarillas que restringen el flujo de aire bajo un esfuerzo intenso (como las mascarillas N-95) no se recomiendan para el ejercicio.
- Se realizan controles de síntomas antes de que jugadores y entrenadores puedan participar en actividades deportivas juveniles. Los controles deben incluir una verificación respecto a la presencia de fiebre, tos, falta de aliento, dificultad para respirar y fiebre o escalofríos, y si la persona ha tenido contacto con una persona que se sabe o se sospecha que está infectada con el nuevo coronavirus (COVID-19) dentro de los últimos 14 días. Estas verificaciones se pueden hacer en persona o mediante métodos alternativos, como la verificación en línea o mediante la señalización colocada en la entrada de la instalación que indica que los visitantes con estos síntomas no deben ingresar a las instalaciones.
 - Si la persona no tiene síntomas y no tuvo contacto con un caso conocido o sospechoso de COVID-19 en los últimos 14 días, se le puede autorizar a participar ese día.
 - Si la persona ha tenido contacto con un caso conocido o sospechoso de COVID-19 en los últimos 14 días, debe ser enviado a su casa de inmediato y pedirle que se ponga en cuarentena. Bríndeles las instrucciones de cuarentena que se encuentran en ph.lacounty.gov/covidquarantine.
 - Si la persona muestra alguno de los síntomas mencionados anteriormente, debe ser enviada a su casa de inmediato y pedirle que se aisle en casa. Bríndeles las instrucciones de aislamiento que se encuentran en ph.lacounty.gov/covidisolation.
- Hasta nuevo aviso, todas las actividades deportivas juveniles solo deben realizarse al aire

libre. Los equipos pueden utilizar una carpa u otro refugio solar, pero solo si los lados de la carpa del refugio solar no están cerrados y hay suficiente movimiento de aire exterior.

- Todos los eventos deportivos juveniles, incluidos torneos, eventos o competiciones no están permitidos en este momento. Los juegos de práctica entre jugadores del mismo equipo (juegos dentro del escuadrón, juegos de práctica y /o partidos) están permitidos solo para deportes sin contacto. Los deportes sin contacto incluyen aquellos deportes que permiten a todos los jugadores en el juego, scrimmage o partido mantengan una distancia de 8 pies entre ellos durante la competencia (por ejemplo, partidos de tenis individuales, partidos de golf, algunos eventos de atletismo).
- Todas las áreas donde los jugadores están sentados fuera del campo o fuera de la cancha (p. Ej., Banco, piragua, bullpen) se han reconfigurado para crear asientos adicionales de modo que los jugadores y los empleados puedan mantener una distancia física de 6 pies mientras están en el área.
- Los programas deportivos para jóvenes deben garantizar que los jugadores permanezcan en una cohorte estable para limitar el riesgo de transmisión (consulte la [Guía del CDC sobre escuelas y cohorte](#)).
- Considere rediseñar las actividades deportivas juveniles para grupos más pequeños y reorganizar los espacios de práctica y juego para mantener la separación física.
- En la mayor medida posible, se alienta a los jugadores a traer su propio equipo (por ejemplo, bates, palos de golf, raquetas) para practicar y así no compartirlo. Los jugadores pueden compartir de forma reducida el equipo para, como, por ejemplo, patear una pelota de fútbol entre dos jugadores o lanzar una pelota de béisbol, de futbol americano o un frisbee como parte de ejercicios de entrenamiento de las aptitudes físicas. Sin embargo, solo se puede compartir el equipo de esta manera en parejas designadas de jugadores. Esto no se puede hacer como actividad grupal. Si el equipo debe ser compartido, se desinfecta entre cada uso por diferentes personas para reducir el riesgo de propagación de COVID-19.
- Se desaconseja que los jugadores, entrenadores y empleados hagan contacto físico innecesario entre ellos (por ejemplo, chocar los cinco, apretones de manos, chocar puños) para limitar el potencial de propagación de la enfermedad.
- Los equipos deportivos que tienen acceso al baño interior y a las instalaciones de los vestuarios pueden acceder a ellos con el fin de participar en la higiene de las manos, cambiarse, ducharse y utilizar los baños. Escalone las visitas al vestuario o los baños para permitir el distanciamiento físico en el interior.
- Los vestuarios o baños que están en uso se desinfectan con frecuencia, en el siguiente horario:
 - Vestuarios

 - Baños

 - Otro

- Los jugadores y entrenadores deben usar desinfectante para manos cuando no sea posible lavarse las manos. El desinfectante se debe frotar en las manos hasta que esté completamente seco. Nota: el lavado frecuente de manos es más efectivo que el uso de

desinfectantes para manos, especialmente cuando las manos están visiblemente sucias.

- Los niños menores de 9 años deben usar desinfectante para manos bajo la supervisión de un adulto. Llame al Control de Envenenamiento si se consume: 1-800-222-1222. Se prefieren los desinfectantes para manos a base de alcohol etílico y se deben usar cuando existe la posibilidad de que los niños lo usen sin supervisión. Los desinfectantes para manos con isopropilo son más tóxicos y se pueden absorber a través de la piel.
- Anime a los jugadores a traer sus propias botellas de agua precargadas, reutilizables o compradas. Las fuentes de agua están disponibles solo para llenar botellas de agua. Los jugadores no deben beber del mismo recipiente de bebidas ni compartir bebidas.
- Al elegir productos de limpieza, use los aprobados para su uso contra COVID-19 en la lista "N" aprobada por la Agencia de Protección Ambiental (EPA) y siga las instrucciones del producto. Estos productos contienen ingredientes más seguros para las personas con asma.
- Use desinfectantes etiquetados para ser efectivos contra los patógenos virales emergentes, siguiendo las instrucciones de la etiqueta para conocer las tasas de dilución y los tiempos de contacto adecuados. Brinde capacitación a los empleados sobre los peligros de los productos químicos, las instrucciones del fabricante y los requisitos de Cal / OSHA para un uso seguro.
- El personal de custodia con la responsabilidad de limpiar y desinfectar el sitio debe estar equipado con el equipo de protección adecuado, incluidos guantes, protección para los ojos, protección respiratoria y otro equipo de protección apropiado según lo requerido por las instrucciones del producto. Todos los productos deben mantenerse fuera del alcance de los niños y almacenarse en un espacio con acceso restringido.
- A todos los empleados se les ha dicho que no vengán a trabajar si están enfermos o si están expuestos a una persona que tiene COVID-19. Los empleados entienden que deben seguir las pautas de DPH para el autoaislamiento y la cuarentena, si corresponde. Las políticas de licencia laboral se han revisado y modificado para garantizar que los empleados no sean penalizados cuando se quedan en casa debido a una enfermedad.
- Los trabajadores reciben información sobre los beneficios de licencia patrocinados por el empleador o el gobierno que el empleado puede tener derecho a recibir, lo que facilitaría financieramente quedarse en casa. Consulte la información adicional sobre los [programas](#) gubernamentales que respaldan la licencia por enfermedad y la compensación de trabajadores por COVID-19, incluidos los derechos de licencia por enfermedad de los empleados en virtud de la [Ley de respuesta al coronavirus de Familias Primero](#) y los derechos de los empleados a los beneficios de compensación de trabajadores y la presunción de la relación laboral de COVID-19 de conformidad con la [Orden](#) Ejecutiva del Gobernador N-62-20.
- Al ser informado de que uno o más empleados, entrenadores o jugadores dan positivo o tienen síntomas consistentes con COVID-19 (caso), el equipo tiene un plan o protocolo para que los casos se [aislen en sus casas](#) y requieren la [autocuarentena](#) inmediata de todos los empleados que estuvieron expuestos en el lugar de trabajo a los casos. El plan del equipo o la liga debe considerar un protocolo para que todas las personas en cuarentena tengan acceso o se sometan a pruebas para detectar COVID-19 a fin de determinar si ha habido exposiciones adicionales en el lugar de trabajo, lo que puede requerir medidas de control adicionales de COVID-19. Consulte la guía de salud pública sobre cómo [responder a COVID-19 en el lugar de trabajo](#).
- Se realizan [controles de síntomas](#) antes de que los empleados puedan ingresar al lugar

de trabajo. Los controles deben incluir una verificación respecto a la presencia de tos, dificultad para respirar, falta de aliento y fiebre o escalofríos y si se debe indagar si el empleado ha tenido contacto con una persona que se sabe que está infectada con COVID-19 en los últimos 14 días. Estos controles se pueden hacer de forma remota o en persona a la llegada de los empleados. De ser posible, se debe realizar también una verificación de temperatura en el lugar de trabajo.

- En el caso de que se identifiquen 3 o más casos entre los miembros del equipo deportivo juvenil en un lapso de 14 días, el entrenador o la liga deben informar este brote al Departamento de Salud Pública al (888) 397-3993 o (213) 240-7821. Si se identifica un grupo de casos en un sitio de trabajo, el Departamento de Salud Pública iniciará una respuesta de grupo que incluye proporcionar orientación y recomendaciones para el control de infecciones, soporte técnico y medidas de control específicas del sitio. Se asignará un administrador de casos de salud pública a la investigación del grupo para ayudar a guiar la respuesta.
- A los empleados que tienen contacto con otras personas se les ofrece, sin costo alguno, un cobertor facial adecuado que cubra la nariz y la boca. El empleado debe usar el cobertor en todo momento durante la jornada laboral cuando esté en contacto o pueda entrar en contacto con otras personas. Los empleados que hayan sido instruidos por su proveedor médico de que no deben usar un cobertor facial, deben usar un protector facial con una cortina en el borde inferior, para cumplir con las directivas estatales, siempre que su condición lo permita. Se prefiere una cortina que se ajuste debajo de la barbilla. No se deben usar máscaras con válvulas unidireccionales. Los empleados no necesitan usar un cobertor facial cuando el empleado está solo en una oficina privada o en un cubículo con una partición sólida que excede la altura del empleado cuando está de pie.
- Se les indica a los empleados que deben lavar o reemplazar sus cobertores faciales diariamente después de usarlos.
- Se les ha recordado a los empleados, entrenadores y miembros del equipo juvenil que se adhieran a acciones de prevención personal que incluyen:
 - Quedarse en casa cuando están enfermos.
 - Quedarse en casa hasta que hayan pasado al menos 10 días desde que aparecieron sus síntomas Y al menos 24 horas después de la recuperación, lo que significa que su fiebre se ha resuelto sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre y hay una mejoría en sus síntomas (p. Ej., Tos, falta de aliento).
 - Si dio positivo para COVID-19 pero nunca tuvo ningún síntoma, debe quedarse en casa hasta que hayan pasado:
 - 10 días después de la fecha de la primera prueba positiva, pero
 - Si desarrolla síntomas, debe seguir las instrucciones anteriores.
 - Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Si no hay agua y jabón disponibles, use un desinfectante para manos a base de alcohol que contenga al menos 60% de alcohol. Lávese las manos antes de las comidas, después de usar el baño y después de toser y estornudar.
 - Cúbrase la boca con un pañuelo desechable cuando tosa y estornude, luego deséchelo y lávese las manos inmediatamente. Si no tiene un pañuelo, use su codo (no sus manos).

- No toque su boca, ojos, nariz con las manos sin lavar.
 - Evite el contacto con personas enfermas.
 - Evite compartir artículos como teléfonos u otros dispositivos. Si los dispositivos deben compartirse, asegúrese de limpiarlos con una toalla desinfectante antes y después de compartirlos.
 - Observe constantemente sus distancias de trabajo en relación con los otros miembros del personal y los jugadores. Mantenga siempre la separación mínima recomendada de 6 pies de los demás a menos que las tareas de trabajo específicas requieran menos distanciamiento y use un cobertor facial de tela cuando trabaje cerca o con otras personas.
 - Desinfecte objetos y superficies que se tocan frecuentemente. Esto debe hacerse cada hora durante el horario comercial.
- Se han distribuido copias de este Protocolo a todos los empleados, jóvenes y familias.

B. PROTOCOLOS DE MANTENIMIENTO

- Las reuniones grupales están prohibidas y los bancos y mesas se retiran o acordonan ya que no pueden usarse.
- Los artículos de uso común se desinfectan regularmente.
- El equipo de uso común se desinfecta antes y después de cada uso.
- Los baños se desinfectan regularmente.
- Las fuentes de agua están disponibles solo para llenar botellas de agua.

C. PROTOCOLOS DE MONITOREO

- Las instrucciones y la señalización informativa con respecto al control de infecciones, el distanciamiento físico y el uso de cobertores faciales se publica en toda la instalación. Los medios en línea de los programas de deportes juveniles (sitio web, redes sociales, etc.) brindan información clara sobre el distanciamiento físico, el uso de cobertores faciales y otros temas.
- Se colocan carteles que indican a los visitantes que deben quedarse en casa si están enfermos con síntomas respiratorios.
- Los entrenadores y gerentes de la liga supervisan el cumplimiento de las restricciones publicadas.
- Se les pide a los participantes que se retiren si no cumplen con estas restricciones.

Cualquier medida adicional no incluida anteriormente deberá ser constatada en páginas separadas, que el coordinador deportivo juvenil debe adjuntar a este documento.

Puede comunicarse con la siguiente persona en caso de tener cualquier pregunta o comentario sobre este protocolo:

Nombre de contacto de
liderazgo deportivo juvenil:

Número de teléfono:

Fecha de la última revisión: _____