



11 de agosto de 2020

Guía para la reapertura en todo el estado: regreso limitado para practicar deportes escolares desde el jardín hasta el grado 12

Fecha de entrada en vigencia: cuando el Departamento de Educación de Oregón apruebe una fecha de reapertura del distrito escolar.

La participación en la actividad física es fundamental para la salud y el bienestar de los jóvenes. Esta guía pretende restablecer la capacidad de los jóvenes de practicar actividad física, de la manera más segura posible. Los deportes desde el jardín hasta el grado 12 deben proceder de conformidad con los planes operativos particulares de cada escuela. Consulte los protocolos en la [Guía del ODE sobre reapertura de escuelas](#).

Autoridad: Decreto Ejecutivo N.º 20-27, ORS 433.443, ORS 431A.010

Aplicación: En la medida en que esta guía exige el cumplimiento de ciertas disposiciones, tiene fuerza ejecutoria según se especifica en el Decreto Ejecutivo N.º 20-27, párrafo 26.

Aplicabilidad: Esta guía corresponde a la práctica de deportes escolares, entrenamiento y juego para deportes específicos, desde el jardín hasta el grado 12, en todos los condados del estado. La práctica de deportes desde el jardín hasta el grado 12 ha sido aprobada en los planes de reapertura de escuelas del Departamento de Educación de Oregón (ODE).

Las escuelas que desarrollan formatos de aprendizaje a distancia pueden permitirles a sus equipos deportivos escolares que realicen solo las siguientes actividades:

- Entrenamiento, acondicionamiento y competencia en deportes al aire libre y sin contacto, y con contacto mínimo o medio.
- Entrenamiento y acondicionamiento en deportes de pleno contacto al aire libre.
- Entrenamiento y acondicionamiento en todos los deportes en espacios cubiertos.

El entrenamiento y acondicionamiento, como levantamiento de pesas, ejercicios de carrera y partidos entre jugadores de un equipo, no pueden incluir contacto pleno de ningún tipo.

Las escuelas que ofrecen algún formato de aprendizaje presencial pueden permitirles a sus equipos deportivos escolares participar en deportes al aire libre y en espacios cubiertos sin contacto y con contacto mínimo o medio.

Definiciones: A los fines de este documento, se aplican las siguientes definiciones:

- “Deportes de pleno contacto”: son los que implican un requisito o una probabilidad sustancial de proximidad o contacto físico sostenido y regular entre los participantes, e incluyen, de forma no taxativa, fútbol americano, rugby, lucha libre, animación deportiva, básquetbol, hockey, danza, waterpolo y lacrosse masculino.
- “Deportes con contacto mínimo o medio”: incluyen, entre otros, sóftbol, béisbol, fútbol, vóleibol, lacrosse femenino, fútbol bandera.
- “Deportes sin contacto”: incluyen, entre otros, tenis, natación, golf, carrera a campo traviesa, atletismo de pista y campo, animación y danza en líneas (sin contacto).

Resumen:

El riesgo de transmitir el virus de la COVID-19 depende de varios factores, que incluyen los siguientes:

1. Cantidad de personas en un lugar.
2. Tipo de lugar (espacio cubierto frente al aire libre).
3. Distancia entre las personas.
4. Período de tiempo en el lugar.
5. Nivel de equipo de protección utilizado (por ejemplo, elementos de protección facial).

Como guía general, los grupos más pequeños son más seguros que los más grandes; los lugares al aire libre son más seguros que los cubiertos; los deportes que pueden garantizar una distancia de seis (6) pies o más son más seguros que un contacto más cercano y una duración más corta es más segura que una más larga. Los jugadores, entrenadores y espectadores deben usar elementos de protección facial de conformidad con la [Guía estatal sobre el uso de máscaras, pantallas faciales y elementos de protección facial](#). Los directores y entrenadores de deportes escolares desde el jardín hasta el grado 12 deben considerar todos estos factores a medida que planeen volver a las actividades.

Requisitos generales:

Las ligas, los entrenadores, los jugadores y los instructores están obligados a lo siguiente:

- Revisar la [Guía general para empleadores de Oregón sobre la COVID-19](#) y la [Guía para la reapertura de la OHA](#) para el público en general.
- Si corresponde, cumplir con la [Guía del Departamento de Educación de Oregón](#).
- Prohibir que el personal y los jugadores que tengan algún [síntoma de COVID-19](#) ingresen a las instalaciones o al lugar deportivo.
- Disuadir a cualquier persona, incluidos los jugadores, con riesgo de enfermedad grave o con afecciones médicas subyacentes graves de asistir a cualquier actividad deportiva.
 - Si un jugador, voluntario o espectador muestra síntomas de COVID-19, un miembro del personal debe pedirle que abandone las instalaciones, debe

proporcionarle un elemento de protección facial, una pantalla facial o una máscara y debe ayudarlo a minimizar el contacto con los demás antes de abandonar las instalaciones. Desinfectar de inmediato todas las áreas en las que la persona enferma haya estado.

- Cerrar las fuentes de agua, excepto aquellas diseñadas para rellenar botellas de agua sin contacto entre la botella y la fuente. Animar a los jugadores a que traigan botellas de agua precargadas.
- Usar una máscara, una pantalla facial o un elemento de protección facial al participar en un deporte en un lugar cubierto o en un deporte al aire libre cuando no puedan mantenerse los seis (6) pies de distancia. El elemento de protección facial está destinado a proteger a otras personas en caso de que usted esté infectado. Las personas pueden transmitir COVID-19 a otros incluso si no se sienten enfermas. Basarse en la [Guía estatal sobre el uso de máscaras, pantallas faciales y elementos de protección facial](#) para obtener más información.
- Garantizar que todos los espectadores usen una máscara, una pantalla facial o un elemento de protección facial de acuerdo con la [Guía estatal sobre el uso de máscaras, pantallas faciales y elementos de protección facial](#).
- Garantizar que los sistemas de ventilación de las instalaciones funcionen correctamente. Aumentar la circulación de aire tanto como sea posible, abriendo puertas y ventanas, utilizando ventiladores y mediante otros métodos. No abrir puertas y ventanas si esto genera un riesgo para la seguridad de los empleados, los espectadores y los jugadores.
- Comunicar todas las políticas y la información de las instalaciones a los jugadores/participantes, padres, tutores y cuidadores antes de reanudar o comenzar la temporada.

Limpeza y desinfección:

Las ligas, los entrenadores y los instructores están obligados a lo siguiente:

- Limpiar y desinfectar con frecuencia los equipamientos compartidos. Esto incluye, entre otros, bates y raquetas. Usar desinfectantes incluidos en la lista aprobada de la [Agencia de Protección Ambiental \(Environmental Protection Agency, EPA\)](#) para el virus SARS-CoV-2 que causa la COVID-19.
- Exigir a los empleados la práctica de una buena higiene; esto incluye lavarse las manos con frecuencia y cubrirse al toser o estornudar. Lavarse las manos a menudo con agua y jabón durante al menos 20 segundos, especialmente después de tocar objetos compartidos o sonarse la nariz, toser o estornudar. Evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca.
- Si no hay agua y jabón disponibles, usar un desinfectante de manos que contenga entre un 60 % y un 95 % de alcohol. Cubrir toda la superficie de las manos y frotarlas hasta que estén secas.
- Animar a los jugadores a traer su propio desinfectante de manos para uso personal. Se alienta a las ligas a poner a disposición estaciones para el lavado de manos y/o desinfectante para manos.

- Limpiar y desinfectar con frecuencia las zonas de alto tránsito y superficies de contacto frecuente en áreas a las que acceden el personal, los jugadores y los espectadores.
- Asegurarse de que los baños estén limpios y desinfectados antes y después de cualquier actividad de la liga.

Distanciamiento y ocupación:

Las ligas, los entrenadores y los instructores están obligados a lo siguiente:

- Limitar la capacidad de reunión de cada evento deportivo escolar, desde el jardín hasta el grado 12, a un máximo de 100 personas en espacios cubiertos o 250 personas al aire libre, sin que se exceda la cantidad máxima de 250 personas entre las que se encuentran en el espacio cubierto y las que se encuentran al aire libre, o bien, la cantidad de personas, incluido el personal, según la determinación de capacidad (pies cuadrados/ocupación), lo que sea menos. Mantener un distanciamiento físico mínimo de seis (6) pies por persona.
- Desarrollar e implementar un plan para limitar el número de espectadores admitidos en las instalaciones de modo que todo el personal, los voluntarios, los contratistas y los espectadores puedan mantener una distancia física de seis (6) pies.
- Asignar una persona que supervise y se asegure de que los espectadores mantengan seis (6) pies de distancia física, incluso en entradas, salidas, baños y cualquier otra área donde se acumule gente.
 - Mantener la distancia física es de vital importancia para las personas con [afecciones médicas subyacentes](#) y para los mayores de 65 años. Estos grupos tienen un mayor riesgo de padecer una enfermedad grave causada por COVID-19.
- Exigir a todos en las instalaciones deportivas, incluidos los jugadores, entrenadores, árbitros, voluntarios y contratistas independientes, a mantener una distancia física de al menos seis (6) pies de las personas que no residen en su mismo hogar, especialmente en las áreas comunes.
- Cuando se realicen múltiples eventos deportivos en el mismo complejo deportivo o sede al mismo tiempo, se debe respetar lo siguiente:
 - Garantizar que los jugadores y espectadores de los eventos deportivos no compartan el espacio, incluso en baños, pasillos y puestos de venta.
 - Garantizar la limpieza y desinfección de las superficies de contacto frecuente, como los picaportes, entre juegos o eventos posteriores.
 - Garantizar la limpieza y desinfección de las áreas de alto tránsito, como entradas, salidas, mesas de registro, baños y áreas de concesión, entre juegos y eventos posteriores.
 - » En caso de que los equipos y los espectadores del mismo evento deportivo compartan un baño, dejar las puertas de entrada/salida abiertas, si es posible, y garantizar la limpieza y desinfección regular de las superficies que se tocan a menudo, como los picaportes y los grifos.

- En la medida de lo posible, recomendar a los organizadores del complejo deportivo que cumplan con lo siguiente:
 - » Escalonar los horarios de llegada y partida del personal, los jugadores y los espectadores para minimizar la acumulación de personas en las entradas, las salidas y los baños, a fin de cumplir con los requisitos de distanciamiento físico exigidos.
 - » Proporcionar entradas/salidas separadas para el personal, los jugadores y los espectadores.
- Asignar determinadas áreas para los administradores y los entrenadores, cuando no practiquen/jueguen, para garantizar que puedan respetar el distanciamiento físico.

Entrenamiento y juego deportivo:

En la medida de lo posible, las ligas, los entrenadores y los instructores deben hacer lo siguiente:

- Tomar las medidas para garantizar que solo exista el contacto necesario entre los participantes/jugadores para jugar el partido. Esto incluye abstenerse de los apretones de manos, chocar los cinco, golpes de puño/codo, golpes de pecho y celebraciones grupales.
- Espaciar el equipamiento del jugador para evitar que los jugadores entren en contacto directo entre sí.
- Animar a los jugadores a usar solo su propio equipamiento cuando sea posible. Evitar o minimizar el uso compartido de equipamiento, siempre que sea posible.
 - Es posible que algunos equipamientos indispensables no se encuentren disponibles para cada jugador. Cuando sea necesario compartir equipamientos indispensables o limitados, todas las superficies de cada pieza del equipamiento que ha sido compartido deben limpiarse y desinfectarse con frecuencia, según corresponda para el deporte (por ejemplo, entre jugadores, sets, períodos o juegos). Usar desinfectantes incluidos en la lista aprobada de la [Agencia de Protección Ambiental \(EPA\)](#) para el virus SARS-CoV-2 que causa la COVID-19. Todavía ningún producto estará etiquetado para la COVID-19, pero muchos productos tendrán una etiqueta o información disponible en sus sitios web sobre su eficacia contra el coronavirus humano.
 - Limpiar todo el equipamiento que hace contacto directo con la cabeza, la cara y las manos con atención y detalles adicionales.
- Alentar a los jugadores y/o a sus familiares a limpiar y desinfectar el equipamiento después de cada uso, siempre que sea posible.
- Permitir que solo los instructores, los entrenadores y los jugadores asistan a prácticas para garantizar el distanciamiento físico y evitar la aglomeración de gente.
- Entrenar y jugar afuera si se puede hacer de manera segura y cuando no se viole ninguna ordenanza local. Programar suficiente tiempo entre las prácticas y los juegos para que todas las personas de una práctica anterior puedan abandonar las instalaciones antes de que entre el siguiente grupo. Esto minimiza la aglomeración de

personas en entradas, salidas y baños al mismo tiempo que proporciona tiempo suficiente para desinfectar la instalación/los equipos.

- Pedirles a las personas que ingresen a las instalaciones a través de una entrada designada y que salgan por una salida designada. No bloquear las salidas de incendio. Usar letreros para dirigir el flujo de circulación en un solo sentido. Considerar programar y escalonar los tiempos de llegada a las instalaciones para lograr minimizar la aglomeración de un gran número de personas que llegan y salen al mismo tiempo.
- Permanecer fuera de las instalaciones (por ejemplo, en los vehículos) hasta que comience la práctica programada o el tiempo de juego. Esto permite que las personas salgan de las instalaciones antes de que otras entren y así lograr minimizar la acumulación de gente. Animar a los jugadores y a sus familias a que hagan lo mismo.

Orientación adicional sobre el uso de piscinas

- Para todos los deportes sin contacto, o con contacto mínimo o medio que se desarrollan en una piscina, las ligas, los entrenadores, los jugadores y los instructores deben seguir la [Guía específica para piscinas, piscinas de spa y canchas de deportes con licencia](#).
- En el caso de los condados que están en la Fase 1, las piscinas al aire libre o cubiertas en los campus escolares solo podrán ser utilizadas por los entrenadores, atletas e instructores de la escuela. Es posible que estas piscinas no estén abiertas para el público en general.

Viajes:

Las ligas, los entrenadores y los instructores están obligados a lo siguiente:

- Limitar la exposición a personas ajenas al grupo familiar durante los viajes:
 - Alentar a que solo las personas que pertenecen al mismo grupo familiar viajen juntas; en caso de pertenecer a diferentes grupos familiares, viajar en vehículos separados, de haberlos.
 - En el caso de los grupos de viaje (grupos que incluyen más de un grupo familiar en el mismo vehículo), todos los miembros del grupo de viaje, incluido el conductor, deben usar máscara, pantalla facial o elemento de protección facial y distribuirse con la mayor distancia posible dentro del vehículo (se requieren, como mínimo, tres [3] pies entre pasajeros que no pertenezcan al mismo grupo familiar).
- Limitar los grupos de viaje a personas que hayan estado en contacto regular (por ejemplo, miembros de un equipo). Los miembros de diferentes equipos no deben viajar en el mismo vehículo.
- Se deben documentar los nombres de cada integrante del grupo de viaje y del personal, incluido el conductor, junto con la fecha y hora del viaje, y el número de matrícula del vehículo.

- Se permite que los conductores transporten varios grupos de viaje si usan mascarillas, y se desinfectan las manos antes y después de cada viaje. Los vehículos deben limpiarse entre cada grupo siguiendo las [pautas para el transporte](#).
- Asegúrese de que los pasajeros se sienten en los vehículos de manera que quede una distancia mínima de tres (3) pies entre persona y persona que no pertenezcan al mismo grupo familiar.
- Los equipos radicados fuera de Oregón que viajen a Oregón para un juego deben respetar las pautas que este documento describe.

Recursos adicionales:

- [Letreros que puede utilizar](#)
- [Guía estatal sobre el uso de máscaras, pantallas faciales y elementos de protección facial](#)
- [Recursos del Departamento de Educación de Oregón](#)
- [Guía de los CDC para administradores de parques e instalaciones recreativas](#)

Accesibilidad a los documentos: para las personas con discapacidades o las personas que hablan un idioma que no es inglés, la Autoridad de Salud de Oregón (Oregon Health Authority, OHA) puede proporcionar información en formatos alternativos, como traducciones, en letra grande o en braille. Comuníquese con Mavel Morales al 1-844-882-7889, TTY: 711, o a OHA.ADAModifications@dhsoha.state.or.us.