

## Protocolo para deportes recreativos de jóvenes y adultos: Apéndice W

### Actualizaciones recientes al 3/12/2021:

- Por favor, léalo detenidamente, ya que todo el protocolo ha sido actualizado.

Los requisitos de este Protocolo aplican específicamente a:

- Todos los adultos que practican deportes recreativos
- Todos los deportes juveniles organizados, incluidos los programas escolares K-12, los programas recreativos patrocinados por la comunidad, las ligas y los clubes privados

A los efectos del presente Protocolo, los deportes juveniles se definen como actividades o ligas deportivas establecidas para personas de 18 años o menos. **Este protocolo no se aplica a los deportes universitarios o profesionales ni a los eventos comunitarios como maratones, medias maratones y carreras de resistencia.**

Además de las condiciones impuestas a los deportes recreativos para jóvenes y adultos por el Oficial de Salud del Estado que se pueden encontrar en <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/outdoor-indoor-recreational-sports.aspx>, los deportes recreativos para jóvenes y adultos también deben cumplir las condiciones establecidas en el presente Protocolo. Este debe aplicarse y ponerse a disposición de todos los funcionarios de la ciudad cuando se lo soliciten, incluido todo plan exigido en virtud del presente documento.

Se debe emitir un permiso municipal para las actividades deportivas de jóvenes y adultos que se realizan en los parques, las playas y las piscinas administradas por Long Beach.

Los deportes recreativos para jóvenes y adultos que se realicen en una piscina deben cumplir con los Protocolos para Piscinas Públicas (Apéndice K), cuando sea aplicable. El presente Protocolo no autoriza la puesta en funcionamiento de piscinas cubiertas.

A efectos del presente Protocolo:

- "Establecimiento" significa una escuela, una liga o un equipo que funciona de forma independiente de una escuela o una liga.
- "DHHS" significa Departamento de Salud y Servicios Humanos de Long Beach.
- "Deportes de bajo contacto" significa deportes individuales o en pequeños grupos en los que se puede evitar el contacto a menos de dos metros de otros participantes. Algunos de estos deportes tienen unos índices de esfuerzo relativamente bajos que permiten el uso sistemático de protectores faciales cuando se está a menos de dos metros de otras personas. En la sección A de este Protocolo se pueden encontrar ejemplos.
- "Deportes de contacto moderado" son deportes en equipos que pueden practicarse sólo con un contacto estrecho incidental o intermitente entre los participantes. En la sección A de este Protocolo se pueden encontrar ejemplos.
- "Deportes de alto contacto" son deportes en equipos con contacto estrecho frecuente o sostenido (y en muchos casos, contacto cara a cara) entre los participantes y alta probabilidad de que se transmitan partículas respiratorias entre ellos. En la sección A de este Protocolo se pueden encontrar ejemplos.
- "Equipo" significa un grupo de jugadores que conforman un bando en un deporte de competencia. Un "equipo" no puede incluir grupos o niveles diversos de la misma liga o institución (por ejemplo, los equipos Freshman, Junior Varsity y Varsity de la misma escuela o liga se consideran equipos diferentes).
- Los términos "personal" y "empleado" incluyen a los entrenadores, empleados, personal de apoyo,

**PARA REPORTAR UNA INFRACCIÓN  
LLAME AL: (562) 570-2633 O  
E-MAIL: CETASKFORCE@LONGBEACH.GOV**

voluntarios, becarios y estudiantes en prácticas, y todas las demás personas que realicen trabajos en el centro o para la actividad deportiva recreativa.

- Los términos "participantes", "miembros de la familia", "visitantes" o "clientes" deben entenderse como miembros del público y otras personas que no son del personal o empleados que pasan tiempo en la empresa o en el lugar de trabajo, o toman parte en las actividades conexas.
- El término "competencias" se limita a las competencias entre dos equipos.

El riesgo de contagio de COVID-19 de una persona infectada a otras personas, aunque esta se sienta bien, se ve afectado por los siguientes factores:

- El riesgo aumenta cuando las mascarillas no se utilizan de forma correcta y sistemática, y no se mantiene la distancia física adecuada.
- El riesgo aumenta con el incremento de los niveles de contacto entre los participantes. Un contacto más estrecho (particularmente cara a cara), y la frecuencia y duración total del contacto estrecho, aumenta el riesgo de que las partículas respiratorias se transmitan entre los participantes.
- El riesgo aumenta con los mayores niveles de esfuerzo; un mayor esfuerzo aumenta la frecuencia respiratoria y la cantidad de aire que se inhala y exhala con cada respiración.
- El riesgo aumenta con la mezcla de cohortes y grupos, sobre todo cuando se trata de comunidades diferentes (durante o fuera del juego deportivo); la mezcla con más personas aumenta el riesgo de que alguien se contagie.

Los deportes para jóvenes y adultos incluyen actividades variadas que tienen diferentes niveles de riesgo de transmisión del COVID-19. Las actividades al aire libre presentan un riesgo de transmisión significativamente menor en comparación con las actividades en interiores, según las pruebas científicas actuales. La competencia entre diferentes equipos también aumenta la mezcla entre grupos y fuera de las comunidades, lo que también contribuye a la posible propagación de la enfermedad COVID-19. Los deportes para jóvenes y adultos se clasifican en este Protocolo por su nivel de contacto y riesgo de transmisión.

Nota: El presente documento puede actualizarse a medida que se disponga de información y recursos adicionales, así que asegúrese de consultar frecuentemente el sitio web de Long Beach COVID-19 en [www.longbeach.gov/covid19](http://www.longbeach.gov/covid19) para conocer las actualizaciones a este protocolo.

Esta lista de verificación cubre:

- (1) Políticas y prácticas en el lugar de trabajo para proteger la salud de los empleados y los clientes.
- (2) Medidas para asegurar el distanciamiento físico.
- (3) Medidas para garantizar el control del contagio.
- (4) Comunicación con el público
- (5) Medidas para asegurar un acceso equitativo a los servicios esenciales

Estas cinco áreas clave deben ser abordadas a medida que su institución elabore los protocolos de reapertura.

**Todos los negocios u organizaciones contemplados en este protocolo deben acatar todas las medidas aplicables que se presentan a continuación y estar preparados para explicar por qué las medidas no implementadas no aplican.**

**Nombre del establecimiento:** \_\_\_\_\_

**Dirección del establecimiento:** \_\_\_\_\_

**PARA REPORTAR UNA INFRACCIÓN  
LLAME AL: (562) 570-2633 O  
E-MAIL: [CETASKFORCE@LONGBEACH.GOV](mailto:CETASKFORCE@LONGBEACH.GOV)**

**A. DEPORTES RECREATIVOS PARA JÓVENES Y ADULTOS PERMITIDOS SEGÚN EL NIVEL ACTUAL DE CASOS EN LOS CONDADOS DE LOS ÁNGELES Y LONG BEACH: ROJO**

Dado que el condado de Los Ángeles se encuentra en el nivel rojo según el [Plan para una economía más segura](#) se permite la práctica de los deportes en los niveles rojo y morado. Esta tabla también se puede encontrar en la Guía del Departamento de Salud Pública de California (CDPH) para deportes juveniles y recreativos para adultos al aire libre y en interiores.

- Se permite la práctica de **deportes al aire libre de bajo y moderado contacto** con sujeción a los requisitos establecidos en las secciones B y E del presente Protocolo.
- Se permite la práctica de **deportes de alto contacto al aire libre** con sujeción a los requisitos establecidos en las secciones B, C y E del presente Protocolo.
- Se permite la práctica de **deportes de bajo, moderado y alto contacto en interiores**, con sujeción a los requisitos establecidos en las secciones B, D y E del presente Protocolo.

Cualquier deporte al aire libre puede competir y practicar en interiores en cualquier momento (es decir, antes de lo autorizado en la Sección A de este Protocolo), únicamente si el establecimiento cumple con las Secciones B y E de este Protocolo.

Los establecimientos en los que se practiquen deportes de contacto bajo, moderado y alto en interiores que no deseen cumplir con los requisitos de la Sección D deberán esperar a reanudar las competencias y los entrenamientos hasta que lo permita la Ordenanza de más Seguridad en el Hogar (Safer-At-Home Order) de Long Beach y el presente Protocolo.

Nivel generalizado (morado) 1	Nivel sustancial (rojo) 2	Nivel moderado (naranja) 3	Nivel mínimo (amarillo) 4
<b>Deportes de bajo contacto al aire libre</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tiro con arco</li> <li>• Bádminton (individual)</li> <li>• Ciclismo</li> <li>• Bocce</li> <li>• Cornhole</li> <li>• Campo a través</li> <li>• Danza (sin contacto)</li> <li>• Golf en disco</li> <li>• Eventos ecuestres (incluidos los rodeos) en los que participa un solo jinete a la vez</li> <li>• Esgrima</li> <li>• Golf</li> <li>• Patinaje sobre hielo y sobre ruedas (sin contacto)</li> <li>• Bolos sobre césped</li> <li>• Artes marciales (sin contacto)</li> </ul>	<b>Deportes de contacto moderado al aire libre</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bádminton (dobles)</li> <li>• Béisbol</li> <li>• Cheerleading</li> <li>• Dodgeball</li> <li>• Hockey sobre césped</li> <li>• Gimnasia</li> <li>• Kickball</li> <li>• Lacrosse (chicas/mujeres)</li> <li>• Pickleball (dobles)</li> <li>• Softbol</li> <li>• Tenis (dobles)</li> <li>• Voleibol</li> </ul>	<b>Deportes de alto contacto al aire libre</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Baloncesto</li> <li>• Fútbol</li> <li>• Hockey sobre hielo</li> <li>• Lacrosse (chicos/hombres)</li> <li>• Rugby</li> <li>• Remo/tripulación (con 2 o más personas)</li> <li>• Fútbol</li> <li>• Waterpolo</li> </ul> <b>Deportes de bajo contacto a interiores</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bádminton (individual)</li> <li>• Bolos</li> </ul>	<b>Deportes de contacto moderado a interiores</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bádminton (dobles)</li> <li>• Cheerleading</li> <li>• Danza (con contacto intermitente)</li> <li>• Dodgeball</li> <li>• Kickball</li> <li>• Pickleball (dobles)</li> <li>• Racquetbol</li> <li>• Squash</li> <li>• Tenis (dobles)</li> <li>• Voleibol</li> </ul>

**PARA REPORTAR UNA INFRACCIÓN  
 LLAME AL: (562) 570-2633 O  
 E-MAIL: CETASKFORCE@LONGBEACH.GOV**

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Programas de entrenamiento físico (por ejemplo, yoga, zumba, tai chi)</li> <li>• Pickleball (individual)</li> <li>• Remo/tripulación (con 1 persona)</li> <li>• Carreras</li> <li>• Shuffleboard</li> <li>• Tiro al plato</li> <li>• Esquí y snowboard</li> <li>• Snowshoeing</li> <li>• Natación y buceo</li> <li>• Tenis (individual)</li> <li>• Atletismo</li> <li>• Paseos y senderismo</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Curling</li> <li>• Danza (sin contacto)</li> <li>• Gimnasia</li> <li>• Patinaje sobre hielo (individual)</li> <li>• Entrenamiento físico</li> <li>• Pickleball (individual)</li> <li>• Natación y buceo</li> <li>• Tenis (individual)</li> <li>• Atletismo</li> </ul>	<p><b>Deportes de alto contacto a interiores</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Baloncesto</li> <li>• Boxeo</li> <li>• Hockey sobre hielo</li> <li>• Patinaje sobre hielo (individual)</li> <li>• Artes marciales</li> <li>• Derby de patinaje</li> <li>• Fútbol</li> <li>• Waterpolo</li> <li>• Lucha libre</li> </ul>
---	--	--	---

## B. REQUISITOS GENERALES PARA TODOS LOS DEPORTES

La presente sección se aplica a todos los deportes autorizados a operar en virtud del presente Protocolo.

**Actividades permitidas para todos los deportes**

- Se autorizan el acondicionamiento físico, las prácticas, el desarrollo de habilidades y el entrenamiento que pueda realizarse al aire libre, con 6 pies de distancia física y dentro de cohortes fijos, independientemente del deporte.

**Limitaciones relativas a los espectadores**

- Los espectadores de todos los deportes se mantienen a una distancia mínima de 6 pies de las personas que no son familiares de los deportistas.
- Para los deportes de jóvenes, limitar el número de espectadores durante los deportes juveniles (de 18 años o menos) a los miembros inmediatos del hogar, con el estricto propósito de que vayan a supervisar la menor, según su edad. Esto incluye la observación de las prácticas y las competencias. Limitar el número de espectadores para garantizar que se pueda mantener la distancia física, reducir cualquier posible aglomeración y mantener los límites de capacidad interior y exterior.
- Para los deportes de adultos, no se permiten espectadores en este momento.
- Considere la posibilidad de transmitir por vídeo los partidos para poder verlos "en directo" desde casa.

**Cubiertas faciales**

- Se deben llevar puestas mascarillas cuando no se participe en la actividad (por ejemplo, en las bandas laterales).
- Los entrenadores, el personal de apoyo y los espectadores deben llevar puesta la mascarilla en todo momento.
- Los participantes deben usar mascarilla durante los entrenamientos, el acondicionamiento físico y las competencias, incluso durante los esfuerzos intensos según se toleren. Ver la [Guía provisional de la Academia Estadounidense de Pediatría sobre el regreso a los deportes](#) para conocer las excepciones específicas en las que usar mascarillas puede convertirse en un peligro.
- En el caso de los deportes de contacto moderado y de alto contacto, se debe exigir el uso de

**PARA REPORTAR UNA INFRACCIÓN**  
**LLAME AL: (562) 570-2633 O**  
**E-MAIL: CETASKFORCE@LONGBEACH.GOV**

mascarillas durante el juego en la mayor medida posible y se recomienda encarecidamente.

- ❑ Distanciamiento físico
  - Mantener al menos seis pies de distancia entre los deportistas y los demás, en la medida de lo posible, incluso cuando se encuentren en las bandas laterales.
  - Mantener al menos 6 pies de distancia entre los entrenadores y los participantes y facilitar el distanciamiento físico también entre los participantes, en la mayor medida posible (por ejemplo, salidas escalonadas en lugar de salidas en masa al hacer carreras).
- ❑ Higiene de las manos y saneamiento del equipo
  - Cuando se comparte el equipo durante una actividad, los participantes realizan la higiene de manos (se lavan las manos con agua y jabón o utilizan un desinfectante de manos a base de alcohol) antes de jugar, durante los descansos, en el medio tiempo y tras la conclusión de la actividad.
  - Los balones u otros objetos o equipos pueden ser tocados por varios jugadores durante la práctica y el juego si se siguen las prácticas de higiene de manos mencionadas anteriormente.
  - No se pueden compartir las botellas de bebida u otros objetos y equipos personales.
- ❑ Se limita que se mezclen los participantes
  - La mezcla con miembros de otros hogares antes y después de las prácticas o competencias debe adherirse estrictamente a los requisitos actuales de reunión en la Orden de más Seguridad en el Hogar de Long Beach.
  - Limitar la participación de los atletas y entrenadores durante los entrenamientos y las competencias a un solo equipo, y abstenerse de participar con más de un equipo durante la misma temporada o periodo de tiempo. En el caso de equipos grandes, limitar que se mezclen estableciendo grupos de entrenamiento más pequeños para hacer los ejercicios y el acondicionamiento.
  - Revisar las imágenes de los entrenamientos o de los partidos de forma virtual, en la medida de lo posible. Si no es factible, debe realizarse al aire libre, con todos los participantes con mascarillas puestas, siguiendo las medidas de distanciamiento físico adecuadas.
- ❑ Volver a hacer deporte después de contagiarse
  - Nadie con síntomas de COVID-19 o que esté en aislamiento o cuarentena por COVID-19 puede asistir a los entrenamientos o competencias.
  - Toda persona con síntomas de COVID-19 debe consultar con su médico para que le haga pruebas y notifique a su entrenador, preparador deportivo y/o administrador escolar sus síntomas y los resultados de las pruebas.
  - Los jóvenes que se recuperan del COVID-19 contarán con diferentes opciones para volver a hacer deporte en función de la gravedad de su enfermedad. Ver la [Guía provisional de la Academia Estadounidense de Pediatría sobre el regreso al deporte](#) para obtener orientación adicional para infecciones más graves.
- ❑ Vacunación
  - Se recomienda encarecidamente a los participantes en los deportes, incluidos los entrenadores y el personal de apoyo, que se vacunen una vez que cumplan los requisitos, ya que las vacunas protegerán a los residentes y reducirán la probabilidad de transmisión de las personas infectadas a otras. Los protocolos siguen vigentes aunque los miembros del equipo hayan sido vacunados.
- ❑ Consideraciones sobre viajes
  - Ningún equipo deberá participar en partidos y torneos de otros estados, ya que se han registrado varios brotes multietatales en todo el país, incluidos de residentes de California.
  - Los viajes en autobús o furgoneta de los miembros de un equipo pueden suponer un riesgo mayor. Para mitigar el riesgo de transmisión de COVID-19 durante los viajes en autobús o furgoneta, emplee el enmascaramiento universal, el distanciamiento físico y que las ventanas permanezcan abiertas durante todo el viaje, a menos que no sea posible.
  - Planificar que haya comunicación adecuada de todas las normas, protocolos y expectativas del viaje a todos los integrantes del grupo. Siempre que sea posible, los equipos deben intentar viajar y jugar el mismo día para evitar pernoctar.
  - Los desplazamientos en coche privado se limitan a las personas que viven en un mismo hogar.
- ❑ Deportes en el interior

**PARA REPORTAR UNA INFRACCIÓN**  
**LLAME AL: (562) 570-2633 O**  
**E-MAIL: CETASKFORCE@LONGBEACH.GOV**

- Además de los requisitos de esta Sección, SÓLO los deportes que se adhieran a la Sección D de este Protocolo ("Regreso a las competencias, las prácticas de contacto y los juegos en interiores - para todos los deportes") podrán jugarse en interiores.
  - Limitar las actividades deportivas en interiores (prácticas, acondicionamiento físico) al 10% de la capacidad máxima en interior. La capacidad interior incluirá a todos los atletas, entrenadores y espectadores.
  - Se prohíben las actividades interiores asociadas a los equipos (por ejemplo, cenas, análisis de videos) cuando se participa en competencias, ya que hay evidencia de que la transmisión es más probable en entornos interiores.
  - Se aumenta la ventilación en los locales interiores (gimnasios y otros centros de ejercicio físico) en la mayor medida posible.
- Limitaciones relativas a las competencias y los torneos entre equipos
- Las competencias entre equipos (es decir, entre dos equipos), los encuentros, las carreras o los eventos similares sólo se permiten si (a) ambos equipos están situados en el mismo condado y el deporte está autorizado en la tabla de la sección A de este protocolo; o (b) los equipos están situados en condados inmediatamente contiguos y el deporte también está autorizado en ambos condados en la tabla de la sección A.
    - El cuadro de la sección A se aplica a las localidades/países en los que los equipos, escuelas, clubes, ligas y organizaciones similares tienen su sede funcional (por ejemplo, donde residen los jugadores, donde se encuentran las instalaciones, etc.).
    - Se notificará al DHHS de Long Beach sobre toda competencia de carrera a campo traviesa en la ciudad de Long Beach. El DHHS se reserva el derecho en todo momento, a su discreción, de rechazar que la competencia se lleve a cabo en Long Beach. Si se permite una competencia a campo traviesa en Long Beach, todos los equipos participantes deberán adherirse a este Protocolo.
  - Los equipos se adhieren a las recomendaciones del CDPH sobre viajes actuales cuando determinan los viajes por competencias en los condados vecinos.
  - No se celebrarán torneos o eventos en los que participen más de dos equipos. Se pueden hacer excepciones, con la autorización del DHHS de Long Beach, cuando se lleva a cabo un evento, con la autorización de cada uno de los departamentos de salud locales de los que proceden los equipos, para deportes en los que la participación de competidores individuales de varios equipos es rutinaria, tales como: atletismo; campo a través; golf; esquí/snowboard; tenis; natación/buceo/surf; ciclismo y eventos ecuestres.
  - Sólo se jugará un partido/juego, por equipo (o por persona para los partidos individuales), por día como máximo. (por ejemplo, no habrá rondas o partidos múltiples en un mismo día).

## **C. REQUISITOS ADICIONALES PARA LOS DEPORTES DE ALTO CONTACTO AL AIRE LIBRE**

Los deportes de alto contacto al aire libre deben cumplir con esta sección, la sección B y la sección E para reanudar los juegos de competencia y de práctica.

- Consentimiento informado
- Debido a la naturaleza y el riesgo de la transmisión durante la participación en deportes de alto contacto al aire libre, los establecimientos deben proporcionar información sobre el riesgo a todos los padres/tutores de los menores que participen en dichos deportes, y hacer que cada padre firme un consentimiento informado que indique su comprensión y reconocimiento de los riesgos aquí indicados.
- Pruebas - Deportes de contacto de alto riesgo al aire libre
- Pruebas de antígeno o PCR (se requieren pruebas de antígeno o PCR regulares y de postemporada de los deportistas y de los entrenadores semanalmente. Si se compite, las pruebas se realizan y los resultados se ponen a disposición en las 24 horas siguientes al juego)
  - El requisito de hacerse pruebas de esta sección sólo se aplicará en las siguientes situaciones:

**PARA REPORTAR UNA INFRACCIÓN**  
**LLAME AL: (562) 570-2633 O**  
**E-MAIL: CETASKFORCE@LONGBEACH.GOV**

- Para el fútbol, el rugby y el waterpolo, ya que se trata de deportes de alto contacto que en ocasiones probablemente se practiquen sin mascarilla, con un contacto cercano y cara a cara por más de 15 minutos.
- Cuando las tasas ajustadas de casos de COVID para el condado de Los Ángeles estén entre 14 y 7 por cada 100.000 personas.
- Aplica a los deportistas de 13 años o más, ya que las pruebas demuestran que los niños más pequeños no parecen ser fuentes importantes de transmisión, ni entre ellos ni con los adultos.
- \*Si más del 50% de los participantes de un equipo son menores de 13 años (y no están obligados a someterse a la prueba, según lo anterior), todo el equipo está exento del requisito de la prueba. Los entrenadores siguen obligados a cumplir con el requisito de las pruebas.

## **D. REGRESO A LAS COMPETENCIAS, PRÁCTICAS CON CONTACTO Y JUEGOS A INTERIORES - PARA TODOS LOS DEPORTES**

Los deportes de contacto bajo, moderado y alto en interiores (véase la tabla de la sección A) pueden volver a la competencia y a la práctica de contacto en cualquier momento, únicamente si el equipo cumple con esta sección, a la sección B y a la sección E.

Para cualquier deporte que sea de exteriores se puede competir y practicar en interiores en cualquier momento, únicamente si el establecimiento se adhiere a las secciones B y E además de los requisitos de esta sección.

Los establecimientos en los que se practiquen deportes de contacto bajo, moderado y alto en interiores que no deseen cumplir con los requisitos de la Sección D deberán esperar a reanudar las competencias y los entrenamientos hasta que lo permita la Ordenanza de más Seguridad en el Hogar (Safer-At-Home Order) de Long Beach y el presente Protocolo.

Esta sección no está pensada para permitir torneos en los que participen dos o más equipos. Los torneos están sujetos a los requisitos de la Sección B de este Protocolo.

### **□ Pruebas**

- Deben establecerse e implementarse pruebas periódicas de COVID-19 para los atletas y el personal de apoyo antes de volver a cualquier práctica que implique un contacto más allá del acondicionamiento físico, la práctica en sí, la mejora de habilidades y el entrenamiento que puede realizarse al aire libre, con 6 pies de distancia física y dentro de cohortes fijas, que actualmente se autoriza en todos los niveles.
  - Esto incluye pruebas de referencia y de detección continuas. Según las pruebas y normas actuales, tanto las pruebas diarias de antígenos como las periódicas de PCR son métodos aceptables tanto para las pruebas de referencia como para las pruebas de detección en curso.
  - Si se sigue un protocolo de pruebas de antígeno diarias, el protocolo debe comenzar con una prueba de PCR seguida de la de antígeno diaria. Toda prueba de antígeno positiva debe desencadenar una prueba de PCR para su confirmación. La prueba PCR es necesaria para los casos sintomáticos
  - En el caso de los deportes de contacto de alto riesgo (baloncesto, hockey sobre césped, fútbol, hockey sobre hielo, lacrosse, remo, rugby, fútbol, squash, voleibol, waterpolo y lucha libre), la competencia entre equipos sólo se permite si el equipo puede proporcionar las pruebas COVID-19 realizadas y los resultados de todos los atletas y del personal de apoyo en las 48 horas siguientes a cada competencia.

### **□ Plan específico para volver a jugar**

- Un establecimiento debe adoptar, y sus equipos deben acatar, un plan de seguridad de "regreso al

**PARA REPORTAR UNA INFRACCIÓN  
LLAME AL: (562) 570-2633 O  
E-MAIL: CETASKFORCE@LONGBEACH.GOV**

juego" específico para el establecimiento.

- De acuerdo con los requisitos impuestos por la Asociación Nacional de Atletismo Universitario (National Collegiate Athletic Association, NCAA), los atletas no están obligados a renunciar a sus derechos legales en relación con el COVID-19 como condición para participar en un deporte.
  - Junto con el Departamento de Salud y Servicios Humanos de Long Beach y los rastreadores de contactos, los establecimientos deben tener un mecanismo para notificar a otros establecimientos de que un atleta de un equipo dio positivo dentro de las 48 horas siguientes a la competencia con otro equipo.
  - El establecimiento debe evaluar la disponibilidad y accesibilidad de los recursos locales de localización de contactos. Cuando la disponibilidad de recursos locales de localización de contactos sea inadecuada, el establecimiento deberá capacitar al personal in situ o procurar recursos para realizar la localización de contactos.
- Plan específico para el establecimiento
- Los establecimientos deben establecer un plan de prevención de COVID-19 por escrito específico para cada instalación, realizar una evaluación exhaustiva de los riesgos de todas las áreas de trabajo y deportivas, y designar a una persona en cada instalación para aplicar el plan.
  - El establecimiento debe designar a una persona que sea responsable de responder a las inquietudes sobre el COVID-19 y los deportistas en general, y para cada equipo o deporte, según corresponda.
  - El establecimiento debe capacitar y comunicar el plan a los trabajadores, a los representantes de los trabajadores (si procede) y a los deportistas, y poner el plan a disposición de los trabajadores y de sus representantes.
  - El establecimiento debe evaluar periódicamente el cumplimiento de este y documentar y corregir las deficiencias detectadas.
- Controles y pruebas adicionales
- Un establecimiento debe proporcionar exámenes de síntomas y de estado de salud a todos los trabajadores y atletas que entren en la instalación o el evento. Asegúrese de que el examinador de temperatura/síntomas evite, en la medida de lo posible, el contacto estrecho con los trabajadores o los deportistas.
  - Si se exige la autoevaluación en casa, que es una alternativa adecuada a proporcionarla en el establecimiento, la escuela (o el equipo, según corresponda) debe garantizar que la evaluación se ha realizado antes de que el trabajador o el deportista salga de casa y acatando las directrices de los CDC.
- Aislamiento y cuarentena
- Para participar en prácticas o competencias deportivas de contacto moderado y alto, el establecimiento, el personal y los atletas deben comprometerse a cumplir con la Normativa de [cuarentena](#) y [aislamiento](#) de Long Beach.
  - Todos los atletas y el personal que estén sintomáticos deberán permanecer aislados hasta que se disponga de los resultados de las pruebas, y debe considerarse la posibilidad de repetir las pruebas si las iniciales son negativas y los síntomas continúan y son compatibles con los síntomas de COVID-19.
- Viajes a las competencias
- Cuando viajen a partidos fuera de casa, los equipos deben permanecer en una misma cohorte del equipo, sin mezclarse con los equipos locales u otros miembros de la comunidad anfitriona.

## E. MEDIDAS PARA GARANTIZAR UN ACCESO EQUITATIVO A LOS SERVICIOS ESENCIALES

- Se ha dado prioridad a los servicios que son críticos para los usuarios/residentes.
- Las transacciones o servicios que pueden ofrecerse a distancia ahora se realizan por internet.
- Se establecen medidas para garantizar el acceso a los bienes y servicios en los espacios

**PARA REPORTAR UNA INFRACCIÓN**  
**LLAME AL: (562) 570-2633 O**  
**E-MAIL: CETASKFORCE@LONGBEACH.GOV**



públicos a los clientes que tienen limitaciones de movilidad y/o están en situación de alto riesgo.

## F. RECURSOS

- ❑ Guía provisional de la Academia Estadounidense de Pediatría sobre el regreso al deporte - [services.aap.org/en/pages/2019-novel-coronavirus-covid-19-infections/clinical-guidance/covid-19-interim-guidance-return-to-sports](https://services.aap.org/en/pages/2019-novel-coronavirus-covid-19-infections/clinical-guidance/covid-19-interim-guidance-return-to-sports)
- ❑ Guía del CDPH sobre los deportes de jóvenes y recreativos para adultos al aire libre y en interiores - <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/outdoor-indoor-recreational-sports.aspx>
- ❑ Orden de cuarentena de Long Beach - <http://www.longbeach.gov/globalassets/health/media-library/documents/diseases-and-condition/information-on/novel-coronavirus/health-orders/isolation-health-order>
- ❑ Orden de aislamiento de Long Beach - <http://www.longbeach.gov/globalassets/health/media-library/documents/diseases-and-condition/information-on/novel-coronavirus/health-orders/isolation-health-order>

**Toda medida adicional no incluida en la lista anterior debe figurar en una lista aparte, que el establecimiento debe adjuntar a este documento.**

**Si tiene alguna pregunta o comentario sobre este protocolo, comuníquese con la siguiente persona:**

**Nombre de contacto en el establecimiento:**

\_\_\_\_\_

**Número de teléfono:**

\_\_\_\_\_

**Fecha de la última revisión:**

\_\_\_\_\_