



## Cal South COVID-19 Prevención y Respuesta – Protocolos

### Resumen:

La información contenida en este documento no pretende ni implica ser un sustituto del consejo, diagnóstico o tratamiento médico profesional. Todo el contenido, incluidos texto, gráficos, imágenes e información, se proporciona únicamente con fines informativos generales. El conocimiento y las circunstancias en torno al COVID-19 cambian constantemente y, como tal, Cal South no se hace responsable ni asume ninguna responsabilidad por la exactitud o integridad de esta información.

**Además, debe buscar el asesoramiento de profesionales médicos y / o funcionarios de salud pública si tiene preguntas específicas sobre su regreso al entrenamiento y competencia.**

Al desarrollar esta guía, Cal South incorporó requisitos de:

- Guía sobre el COVID-19 del Centro de Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés)
- Guía sobre el COVID-19 del Departamento de Salud Pública de California (CDPH, por sus siglas en inglés)
- La Póliza de Regreso a Juego de la Federación de Fútbol de Estados Unidos (USSF, por sus siglas en inglés)
- Guía de Regreso a la Actividad de United States Youth Soccer (USYS, por sus siglas en inglés)

### Resumen del Protocolo

- 1) Implementando la Guía a Regreso a Juego de Cal South requerirá una relación cooperativa entre:
  - a) Ligas/Clubes,
  - b) Entrenadores,
  - c) Oficiales de Equipos y Administradores,
  - d) Jugadores (incluyendo a padres/guardianes), y
  - e) Árbitros
- 2) Este resumen general proporciona una estructura para un enfoque gradual para el regreso a juego durante este tiempo sin precedentes de la pandemia de COVID-19. Incluidas dentro y entre las fases hay pasos específicos para ser considerados e implementados.
- 3) Las fases serán aprobadas por los condados y municipios individualmente. Además, estos municipios pueden requerir restricciones adicionales. Dado a que Cal South cubre numerosos condados, las organizaciones que operan en diferentes regiones estarán operando bajo diferentes regulaciones locales y, por lo tanto, en diferentes fases.
  - a) Todas las fases deberán ser basadas y cumplir con las regulaciones de su región.
- 4) Se sugiere una cantidad mínima de tiempo para permanecer dentro de cada fase. Este tiempo brinda la oportunidad de garantizar la seguridad sanitaria necesaria para cada fase.
  - a) Las ligas/clubes deben considerar cuidadosamente las condiciones necesarias para avanzar a la siguiente fase y estar preparados, si es necesario, para permanecer en la fase actual por

- más tiempo que el cronograma indicado o volver a una fase anterior para garantizar la seguridad de todos los participantes.
- b) No proceda a la siguiente fase si no estará cumpliendo con las pólizas de distanciamiento social de su región.
- 5) Las ligas/clubes y entrenadores son responsables de crear y mantener un ambiente seguro.
  - 6) **Protocolo de Cal South a la Prevención y Respuesta a COVID-19**
    - a) Las ligas/clubes deberán distribuir la hoja de información del **Protocolo de Cal South a la Prevención y Respuesta a COVID-19** y obtener el recibo de reconocimiento de la información de COVID-19 de los administradores del club, entrenadores (ya sean empleados o contratistas), y voluntarios, padres/guardianes y jugadores que tengan diecinueve (19) años o más.
  - 7) **Exención de COVID-19** de Cal South
    - a) Las ligas/clubes requerirán la **Exención de COVID-19** de Cal South firmada y completada de sus administradores, entrenadores (ya sean empleados o contratistas), y voluntarios, y padres/guardianes y jugadores mayores de diecinueve (19) años.
  - 8) Si, como padre o guardián, no se siente cómodo con su hijo/a regresando a jugar, **No Regrese a Jugar.**
  - 9) Los jugadores serán responsables y deben respetar los requerimientos de distanciamiento social y la guía de contacto definidas en cada fase. Las organizaciones dividirán a los participantes en “grupos deportivos estables” más pequeños, limitando la participación grupal al número recomendado por la jurisdicción regional o en la fase actual en la guía de Cal South (sin incluir a entrenadores). Estos grupos deben ser consistentes a lo largo de la sesión y enumerados como tales.
  - 10) Todas las medidas del Estado de California y el protocolo de distanciamiento social y saneamiento del condado deben cumplirse y comunicarse a todas las partes involucradas.
  - 11) Una copia de este plan deberá ser publicada y disponible en la entrada de cada instalación.
  - 12) Cal South apoyará las decisiones de no participar entre jóvenes, padres y líderes adultos, que se sienten incómodos al participar por cualquier motivo.

### **Protocolos de Salud para las Instalaciones**

Los siguientes protocolos de salud estarán sujetos a cada instalación individual y a los reglamentos especificados por la CDC y/o CDPH COVID-19 y los requisitos estatales y/o locales que rigen la instalación.

- 1) Limpie y desinfecte con frecuencia las superficies que se tocan con regularidad, como equipo de trabajo, perillas de las puertas, sillas y baños, según las sugerencias de la CDC y/o CDPH.
- 2) Cada instalación/organización debe identificar cómo la organización proporcionará la desinfección de los espacios de entrenamiento y actividad y la limpieza regular de las superficies de alto contacto.
- 3) Cada instalación requerirá lavarse las manos o usar desinfectante para manos antes y después de permitir la participación, y los descansos pueden incluir el lavado de manos o el uso de desinfectante para manos durante la práctica/actividad.

- 4) Desinfecte con frecuencia cualquier artículo que entre en contacto con los participantes, según las sugerencias de la CDC y/o CDPH COVID-19.
- 5) Disponga de desinfectante para manos, toallitas desinfectantes, agua y jabón, o desinfectante similar, fácilmente disponible.
- 6) Coloque letreros fácilmente visibles para recordar a todos las mejores prácticas de higiene.
- 7) Baños: La instalación publicará volantes de lavado de manos de CDC y / o CDPH en puertas y baños que incluyen síntomas de COVID-19.
- 8) Todas las instalaciones se lavarán y desinfectarán antes y después de cada uso.
- 9) Todos los servicios de comida, máquinas expendedoras o áreas de refrigerios estarán cerrados.
- 10) Todo el equipo de trabajo innecesario no estará disponible para los participantes o será retirado de la instalación, como sillas, mesas, etc.
- 11) Los dispensadores de agua de autoservicio se cerrarán temporalmente.
- 12) No habrá asientos disponibles en las instalaciones y todas las áreas de reunión estarán cerradas, según lo definido por la fase.
- 13) Cuando sea apropiado, mantenga abiertas las puertas de la instalación y los baños.
- 14) Limite el número de participantes en los baños y vestuarios para permitir que los usuarios mantengan fácilmente al menos seis pies de distancia el uno del otro en todo momento.
- 15) Los botes de basura deben estar sin contacto y no se deben tocar. Retire las tapas si están presentes.
- 16) El personal de la instalación supervisará el cumplimiento de los participantes de este plan de seguridad mientras se encuentren en la propiedad.
- 17) El personal impondrá el distanciamiento físico según los reglamentos estatales / locales de COVID-19.
- 18) Cualquier medida deportiva adicional o específica de la instalación que no esté incluida aquí debe enumerarse en páginas separadas, que la instalación debe adjuntar a este documento.

### ***Protocolo de Salud para Ligas/Clubes, Empleados y voluntarios***

Las ligas/clubes deben estar actualmente registradas y sancionadas por Cal South. Los participantes incluyen funcionarios del equipo, administradores, entrenadores y voluntarios (ya sean empleados o contratistas).

- 1) Entrenar a todos los oficiales, administradores, entrenadores y voluntarios de la liga o club (ya sea empleados o contratistas), sobre la limpieza y desinfección apropiada, higiene de manos y etiqueta respiratoria, según las sugerencias de la CDC y los requisitos de CDPH:
  - a) CDC: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/symptoms.html>
  - b) CDPH: <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/ncov2019.aspx>  
HYPERLINK  
"https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/nCoV2019.aspx"

- 2) Las ligas/clubes deben distribuir la información del Protocolo de Cal South de la Prevención y Respuesta a COVID-19 a todos los participantes.
- 3) La liga/clubes solo permitirán la participación de aquellos que hayan completado la exención COVID-19 de Cal South, incluyéndose a los funcionarios de los equipos, administradores, entrenadores y voluntarios (ya sean empleados o contratistas).
- 4) La liga/clubes deben designar administradores responsables de monitorear y rastrear el cumplimiento del protocolo COVID-19 de Prevención y Respuesta documentado en cada instalación.
- 5) La liga/clubes deben evaluar a los participantes antes de ingresar a las instalaciones o campos.
- 6) Las ligas/clubes deberán restringir la participación de cualquier funcionario de un equipo, administradores, entrenadores y voluntarios (ya sean empleados o contratistas) que muestren señas o síntomas de una posible infección a COVID-19 como se describe por la CDC y/o CDPH:
  - a) CDC: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/symptoms.html>
  - b) CDPH: <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/ncov2019.aspx>
- 7) Las ligas/clubes, sus funcionarios de equipos, administradores, entrenadores y voluntarios (ya sean empleados o contratistas) involucrados en los entrenamientos deberán conducir un chequeo diario de la temperatura por una posible fiebre menor ( $>100.4^{\circ}\text{F}$ ) en su casa antes de entrenar. Si tiene una fiebre, **NO VAYA AL ENTRENAMIENTO**. Si no hay termómetros, conduzca un cuestionario diario de salud que vaya en línea con las sugerencias de la CDC y/o CDPH, "Coronavirus Self-Checker".
- 8) Reportajes
  - a) **No vaya a las instalaciones de entrenamiento o canchas con cualquier síntoma de COVID-19, como es descrito por la CDC y/o CDPH.**
    - i) Comunique remotamente su estado de salud a sus entrenadores, instructores, administradores de equipo o personal medico dentro de 24 horas de su sesión de entrenamiento.
    - ii) Padres (y no el jugador menor de edad) deberá comunicarse con el administrador o entrenadores de la liga/club, en acuerdo con la póliza y sugerencia de Safe Soccer Framework y el Centro de EE.UU. de SafeSport.
  - b) Hable con un doctor y siga las sugerencias de la CDC y/o CDPH COVID-19 sobre la autocuarentena.
- 9) Para las personas que han dado positivo por COVID-19, se debe proporcionar a la liga/club la confirmación por escrito del estado negativo de COVID-19 y la autorización de su medico para poder volver a participar plenamente en el deporte y la actividad.

### **Protocolo para Ligas/Clubes**

1. Idealmente, los padres deberán dejar y recoger a sus hijos de los entrenamientos.
  - 1.1. Si los padres eligen quedarse y observar la practica, lo pueden hacer desde un área designada, manteniendo la distancia apropiada a los atletas u otros padres.
2. El administrador de la liga/club desarrollará un plan especifico para dejar y recoger a los atletas que sigue los reglamentos regionales de distanciamiento social que incluye:
  - 2.1. No permitir el uso de auto compartido para participantes no relacionados de diferentes hogares,

**Protocolo para Ligas/Clubes**

- 2.2. Designe carriles o dirección para entrar y salir para dejar y recoger a atletas
3. Los administradores de la liga/club crearán señales claras de entrada y salida de las instalaciones o el campo, de modo que los grupos de entrenamiento no entren en contacto con otros grupos en el campo al entrar o salir de las instalaciones.
4. Todas las actividades de entrenamiento deben enfocarse en entrenamientos individuales de aptitud física y habilidades para el grupo de entrenamiento en un ambiente socialmente distante según lo requerido por los reglamentos estatales/locales, según definido por la fase.
5. Indique a los participantes y al personal que no están permitidos todos los protocolos de la liga/club que implican contacto físico, como abrazos, choca esos cinco, etc.
  - 5.1. La instalación fomentará el uso del reconocimiento sin contacto durante la práctica y las actividades que cumplan con los reglamentos de distancia social de seis (6) pies o más, según lo requerido por los reglamentos estatales / locales y por fase.
6. Requerir que todos los participantes se laven o desinfecten las manos antes de ingresar a las instalaciones. El desinfectante de manos estará disponible para cada grupo deportivo juvenil estable por toda la instalación.
7. Los participantes manejarán y cuidarán de su propio equipo. El personal de la instalación o los voluntarios no podrán manejar el equipo de los participantes individuales.
8. Todos los artículos personales del participante y del personal, tales como bolsas, teléfonos celulares, frascos / botellas de agua reutilizables y mochilas solo se permitirán en las instalaciones o en el campo si se mantiene el espacio adecuado entre todos los artículos.
9. Los tiempos de práctica o actividades serán monitoreados para regular el número de jóvenes participantes en la instalación al mismo tiempo para asegurar el distanciamiento social entre los grupos de entrenamiento.
10. Los participantes dentro de un grupo de entrenamiento no pueden llegar a las instalaciones hasta que el grupo anterior se haya ido por completo.
11. En ningún momento se permitirá que el grupo de entrenamiento o el personal asignado a ese grupo se mezclen o se muevan entre grupos.
12. Limite el número de participantes en la instalación en cualquier momento que permita a los participantes y empleados mantener al menos seis (6) pies de distancia el uno del otro en todo momento.
13. Para ayudar con el distanciamiento físico, se deben instalar líneas con seis (6) marcadores de pie para que el personal y los participantes mantengan distancias sociales seguras para ingresar o salir de la instalación.
14. Todo el personal debe recibir instrucciones de mantener seis (6) pies de distancia de los participantes y de otros empleados siempre que sea posible.
15. El equipo deportivo debe ser designado y marcado para cada grupo de entrenamiento.
  - 15.1. Este equipo no debe ser permitido por ningún otro grupo de entrenamiento a menos que esté desinfectado.
16. Desinfecte todo el equipo deportivo necesario para practicar y simulacros para cada grupo de entrenamiento después de que se recojan y antes de que vuelvan a circular.
  - 16.1. El equipo mínimo necesario debe usarse para para practicas y actividades.

**Protocolo para Ligas/Clubes**

17. Se organizarán pausas para que los grupos de capacitación designados no se mezclen y se pueda lograr un distanciamiento social de seis pies o más.
18. Los grupos de entrenamiento deben cumplir con el número máximo de jugadores permitido en un "grupo de entrenamiento" basándose en los reglamentos de distancia social estatales y/o locales.
19. Las áreas y equipos de practica designados para cada grupo será colocado previamente para mantener un distanciamiento social seguro.
20. Todo el equipo de entrenamiento debe estar en un lugar donde se pueda recuperar de una manera que no toque nada más.
21. Los participantes serán requeridos a tirar su propia basura en los botes de basura
22. Los participantes serán requeridos a lavarse las manos inmediatamente después de actividades o en cuanto se termine el entrenamiento.