



## Guía de reinicio por fases para actividades deportivas

**Misión:** AUSD reconoce que los programas deportivos no sólo son esenciales para el aprendizaje de todos los estudiantes que participan, sino también una clave para el éxito en la vida para muchos de nuestros alumnos. Por lo tanto, el AUSD se compromete a seguir las directrices de las agencias de salud federales, estatales y locales durante el reinicio gradual de nuestros programas deportivos, mientras se minimiza el riesgo de transmisión de enfermedades a los estudiantes, familias, entrenadores y comunidad. El reinicio gradual de nuestros programas deportivos será guiado por lo que sea factible, práctico, aceptable y adaptado a las necesidades de la comunidad para que podamos ayudar a nuestros estudiantes-deportistas a participar en estos programas altamente significativos y esenciales de la manera más segura posible.

### SECCIÓN I: INICIO POR FASES

#### **Fase 1 (Sin fecha definitiva):**

- ÚNICAMENTE prácticas en grupo pequeño y/o intensidad individualizada/acondicionamiento/habilidades
- Todos los entrenadores están obligados a capacitar a los deportistas en la prevención de enfermedades y protocolos de higiene.
- Todos los entrenadores/deportistas estarán de acuerdo con el compromiso de prevención de enfermedades
- Todos los entrenadores completarán la capacitación en detección de enfermedades antes de la primera práctica
- Grupos pequeños con un máximo de 10 deportistas o menos y sin combinaciones entre grupos
- Los entrenadores harán todo lo posible para garantizar que los miembros de los grupos pequeños sean los mismos todos los días
- 6 pies de distanciamiento social
- Está prohibido compartir el uso de equipo
- No se permiten invitados/visitantes en los entrenamientos
- Todos los entrenadores usarán cubiertas faciales
- Se requiere usar cubiertas faciales cuando sea difícil mantener distanciamiento social
- El personal realizará chequeos de temperatura a todos los presentes
- El personal realizará chequeos visuales a todos los presentes
- El personal estará disponible para evaluaciones adicionales, según sea necesario
- Únicamente se realizarán prácticas al aire libre (excepto en las salas de entrenamiento con pesas con 10 o menos alumnos, distanciamiento social, se requerirá cubierta facial a todos los participantes, ventilación/puertas abiertas/ventanas abiertas y desinfección después de cada uso individual del equipo)
- Disponibilidad y recomendación frecuente para lavado o desinfección de manos
- Queda prohibida la participación de deportistas/entrenadores sintomáticos hasta que estén libres de síntomas, sin medicamento, durante 72 horas.
- No se utilizarán los vestidores
- No habrá juegos
- Vigilar el progreso, mantener la comunicación con las agencias locales, estatales y federales y modificar las reglas según sea necesario

#### **Fase 2 (Sin fecha definitiva):**

- Fecha e instrucciones específicas que se determinarán cuando se tome la decisión conjunta de avanzar por fases. La progresión de las fases se basará en los indicadores de seguridad general, el cumplimiento de la orientación sanitaria actual caso por caso con la colaboración de la escuela y/o Distrito.



### **Fase 3 (Sin fecha definitiva):**

- Fecha e instrucciones específicas que se determinarán cuando se tome la decisión conjunta de avanzar por fases. La progresión de las fases se basará en los indicadores de seguridad general, el cumplimiento de la orientación sanitaria actual caso por caso con la colaboración de la escuela y/o Distrito.

**Aviso:** Los programas deportivos no aplicarán consecuencias como resultado directo de problemas de asistencia escolar, relacionados con enfermedad o preocupaciones generales de salud. A los estudiantes que estuvieron enfermos o tuvieron preocupaciones generales de seguridad, se les ofrecerá la oportunidad de hacer pruebas para entrar a equipos cuando estén capacitados y se sientan seguros para hacerlo.

## **SECCIÓN II: PROTOCOLOS DE DETECCIÓN PARA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES**

### **Protocolos de AUSD para autoevaluación**

El Distrito requiere que todo el personal y los estudiantes estén pendientes de la autoevaluación diaria por posibles síntomas de enfermedad. Si está experimentando uno o más de los siguientes síntomas, **DEBEN** quedarse en casa y no presentarse al trabajo/escuela hasta que los síntomas desaparezcan, sin medicamento, durante 72 horas. El personal/estudiantes deben notificar a su escuela/empleador de su ausencia por enfermedad.

- Tos seca constante
- Persistente dificultad para respirar
- Fiebre de 100.4 grados o más (bochornos, mejillas sonrojadas, letargo)
- Dolores corporales generalizados
- Constante enrojecimiento de ojos (no por alergia o medio ambiente)
- Cualquier otro síntoma significativo similar al de gripe/influenza

### **Protocolos de AUSD para chequeos visuales**

El distrito requiere que todo el personal y los estudiantes estén pendientes de posibles síntomas de enfermedad. Si observan uno o más de los siguientes síntomas, favor de enviar a la persona (adulto o niño) a la oficina de salud para un chequeo adicional.

- Tos seca constante
- Persistente dificultad para respirar
- Fiebre de 100.4 grados o más (bochornos, mejillas sonrojadas, letargo)
- Dolores corporales generalizados
- Constante enrojecimiento de ojos (no por alergia o medio ambiente)
- Cualquier otro síntoma significativo similar al de gripe/influenza

**Aviso:** Todo el personal de AUSD completará una capacitación para soluciones específicas, la cual irá a la par con la guía mencionada.

### **Protocolos de AUSD para chequeos adicionales**

En el caso de que una persona sea remitida para un chequeo adicional, el personal capacitado deberá tomar los siguientes pasos para determinar el curso de acción apropiado:

1. La persona que realiza el chequeo adicional **DEBE** usar cubierta facial durante la evaluación.
2. Revisión de temperatura
3. Reevaluación de síntomas
4. Revisar las condiciones de salud subyacentes y los antecedentes personales
  - a. Preguntar sobre viajes dentro de los 14 días (evaluar el viaje para conocer los posibles focos de infección)
  - b. Preguntar acerca la duración de los síntomas
  - c. Preguntar si algún miembro en el hogar muestra síntomas
5. Determinar un plan de acción de acuerdo con la evaluación



**Regreso a clase:** Llamar a casa para notificar a los padres que se realizó un chequeo adicional y el alumno regresó a su salón.

### **Q**

**Aislar y enviar a casa:** Aislar al alumno, llamar a casa para notificar a los padres que se realizó un chequeo adicional y que el estudiante debe ser recogido lo más pronto posible. El alumno **NO** podrá viajar en el autobús bajo ninguna circunstancia.

## **SECCIÓN III: PROMESA DE PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES DE ESTUDIANTES Y DEPORTISTAS**

Comprendo que, en este momento de elevada preocupación por enfermedad, es mi responsabilidad hacer lo que pueda para prevenir la transmisión de la enfermedad/patología a mis compañeros de equipo y entrenadores. Al firmar este documento, me comprometo a protegerme a mí mismo y a cada persona con la que tenga contacto, de una posible exposición por medio de:

### **Cumplimiento a los protocolos de AUSD para auto-chequeo:**

Me autoevaluaré diariamente por posibles síntomas de enfermedad **ANTES** de asistir a cualquier práctica/juego/evento deportivo. Si padezco uno o más de los siguientes síntomas, **DEBO** quedarme en casa y no asistir a prácticas/juegos/eventos hasta que esté libre de síntomas, sin medicamento, durante 72 horas. Me comprometo a **NUNCA** ocultar, cubrir y/o minimizar cualquier síntoma percibido. Notificaré a mi entrenador que mi ausencia es debido a los síntomas/enfermedad.

- Tos seca constante
- Persistente dificultad para respirar
- Fiebre de 100.4 grados o más (bochornos, mejillas sonrojadas, letargo)
- Dolores corporales generalizados
- Constante enrojecimiento de ojos (no por alergia o medio ambiente)
- Cualquier otro síntoma significativo similar al de gripe/influenza

### **Limitación de interacción externa:**

Limitaré mis interacciones físicas con individuos fuera de mi hogar en un radio de 6 pies, para a la vez, limitar la exposición a mis compañeros de equipo y entrenadores.

### **Protocolos de AUSD para las fases deportivas:**

Estoy de acuerdo en cumplir **ESTRICTAMENTE** los protocolos de AUSD para las fases que se enumeran en este documento. Entiendo que el no cumplir con los protocolos puede poner en peligro mi posición en el equipo.

Nombre del deportista (usar letra de molde): \_\_\_\_\_ ID#: \_\_\_\_\_

Firma del deportista: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

**Padres de familia:** Al firmar este documento están de acuerdo en apoyar a su hijo(a) en el cumplimiento de la promesa de prevención de enfermedades de los estudiantes-deportistas.

Nombre del padre/tutor (usar letra de molde): \_\_\_\_\_

Firma del padre/tutor: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_





Guía de reinicio por fases para actividades deportivas • Verano 2020



## SECCIÓN IV: ACEPTACIÓN DE COVID-19

### Estimados padres de familia/tutores:

En la actualidad no existe una vacuna para prevenir la infección de COVID-19. La mejor práctica para prevenir infección es evitar la exposición al virus. Los procedimientos de seguridad y salud para ayudar a prevenir la propagación de COVID-19 incluyen:

- Mantener a los estudiantes en casa para que no asistan a la escuela, prácticas o eventos cuando estén enfermos.
- Practicar el distanciamiento social de los demás cuando sea posible.
- Lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón durante por lo menos 20 segundos.
  - Usar un desinfectante de manos con por lo menos un 60% de alcohol cuando no hay agua y jabón disponibles.
- Evitar tocarse los ojos, nariz y boca con las manos sin lavar.
- Cubrirse la boca y nariz con un pañuelo desechable al toser o estornudar o usar el antebrazo.
- Poner los pañuelos desechables usados en un cesto de basura.
- Evitar el uso de material escolar, equipo tecnológico o deportivo de otros estudiantes.
- Considerar seriamente el cumplimiento de la recomendación de AUSD de usar cubiertas faciales, cuando sea factible y seguro, en entornos generales y apegarse a la guía de cubiertas faciales en entornos específicos (es decir, eventos deportivos, autobús, etc.).
- Notificar al personal escolar si experimenta síntomas de aguda enfermedad respiratoria (es decir, tos seca constante, persistente dificultad para respirar, fiebre de 100.4 grados o más, dolores corporales generalizados, constante enrojecimiento de ojos no debido a alergias o al medio ambiente o cualquier otro síntoma significativo similar a la gripe/influenza) para poder aislarse de los demás y ser enviado a casa inmediatamente.

Acepto lo siguiente (favor de escribir sus iniciales):

- \_\_\_ Existe riesgo potencial de contraer COVID-19 al asistir a la escuela y participar en actividades escolares o deportes.
- \_\_\_ Las prácticas de limpieza y desinfección pueden ayudar a reducir la propagación de COVID-19, pero no pueden eliminarla.
- \_\_\_ Debido a la naturaleza de nuestras instalaciones y programas, en el entorno escolar no siempre es posible un distanciamiento social de 6 pies por persona entre los estudiantes y el personal.

### Aceptación

Leí la aceptación de COVID-19 del Distrito Escolar Unificado Alvord y comprendo perfectamente los riesgos potenciales de COVID-19. Aunque el Distrito Escolar Unificado Alvord está haciendo esfuerzos significativos para garantizar la seguridad de los estudiantes y el personal, reconozco que nuestras escuelas, transporte y entornos deportivos no garantizan zonas libres de COVID-19.

\_\_\_\_\_  
Nombre de estudiante

\_\_\_\_\_  
#de Identificación

\_\_\_\_\_  
Fecha

\_\_\_\_\_  
Firma del padre/tutor

\_\_\_\_\_  
Nombre de padre/tutor (usar letra de molde)

