

## Protocolo de reapertura para ligas deportivas recreativas para jóvenes y adultos: Apéndice S

**Vigente a partir del sábado, 8 de mayo de 2021 a las 12:01am**

**Actualizaciones recientes:** (los cambios aparecen resaltados en amarillo)

### 5/8/2021:

- Se ha modificado la fecha de entrada en vigor para permitir de forma inmediata las competencias entre equipos con otros equipos de California. Se han levantado las restricciones que solo permitían las competencias entre equipos del mismo condado o de condados colindantes.
- Las pruebas periódicas rutinarias de COVID-19 para equipos/ligas de deportes juveniles de medio y alto contacto que participen en prácticas de contacto y competencias en interiores entrarán en vigor a partir del martes 11 de mayo de 2021.
- Corrección de la cuarta viñeta que sigue: Las actividades de acondicionamiento físico, desarrollo de habilidades y de entrenamiento en espacios cerrados deben ocupar el 50% de la capacidad y cumplir con el [Protocolo de reapertura para gimnasios y establecimientos de acondicionamiento físico: Apéndice L](#) del Condado.
- Ahora se permite que haya observadores y espectadores en deportes de adultos y juveniles en interiores conforme el [Protocolo para eventos en vivo en interiores con público sentado](#) del P.H. del condado de LA.
- Se aclaran los requisitos relacionados con torneos, encuentros o eventos entre equipos dentro del condado de Los Ángeles en comparación con aquellos que ocurran fuera del condado de Los Ángeles.

### 5/7/2021:

- Los equipos/ligas de deportes de medio y alto contacto que participen en prácticas de contacto y competencias en interiores deben seguir cumpliendo con los requisitos adicionales que se les imponen a los deportes universitarios descritos en la Guía de California para institutos de educación superior del 30 de septiembre de 2020.
- Se recomienda encarecidamente que se realicen pruebas regularmente para deportes de medio y alto contacto que se practiquen al aire libre debido a la mayor probabilidad de transmisión entre equipos de dichos deportes.
- La venta de alimentos y bebidas en las competencias de deportes recreativos para adultos y jóvenes que se realicen al aire libre deben cumplir con los requisitos relacionados con los alimentos del Protocolo para eventos y espectáculos en vivo (al aire libre con público sentado) del Condado.
- Los deportes en interiores deben limitar la capacidad de los establecimientos de deportes en interiores a un 50% de la capacidad según el código de permisos de construcción correspondiente.

El COVID-19 continúa representando un riesgo alto para las comunidades. Es por esto que es necesario que todas las personas cumplan con las precauciones y modifiquen las operaciones y actividades para reducir el riesgo de propagación. El presente protocolo proporciona orientación sobre las actividades deportivas organizadas para jóvenes y adultos con fines recreativos para reducir el riesgo de propagación del COVID-19 durante estos deportes. Los requisitos mencionados a continuación son específicos para los programas deportivos recreativos para jóvenes y adultos ("deportes recreativos") a los cuales la Orden del Oficial de Salud Pública del Estado les permite estar abiertos. Además de las condiciones impuestas por el Oficial de Salud Pública del Estado a estos programas específicos, estos tipos de programas también deben cumplir con las condiciones establecidas en esta Lista de verificación para deportes recreativos para jóvenes y adultos. Para los fines de este protocolo, los deportes juveniles se definen como actividades organizadas o ligas deportivas creadas para personas de 18 años o menos.

Tenga en cuenta que este protocolo rige para las ligas deportivas recreativas organizadas para jóvenes y adultos, deportes de club, deportes itinerantes, eventos/reuniones/competiciones deportivas y deportes patrocinados por escuelas privadas y públicas que cuentan con estudiantes en las escuelas TK-12. **El presente protocolo no rige para los deportes universitarios o profesionales ni para los eventos comunitarios como maratones, medias maratones y carreras de resistencia.** Esos eventos deben cumplir con el [Protocolo para eventos deportivos comunitarios del Condado](#).

Se permiten las actividades de acondicionamiento físico, prácticas, desarrollo de habilidades y de entrenamiento y se podrán reanudar las competiciones de todos los deportes recreativos en interiores y al aire libre para jóvenes y adultos de conformidad con las [guías del Estado](#) y el presente protocolo. Se recomienda encarecidamente que todas las actividades deportivas se realicen al aire libre donde el riesgo de propagación de la enfermedad es menor.

Las actividades deportivas recreativas para jóvenes en interiores **de medio y alto contacto pueden** volver a participar en prácticas de contacto y competencias en interiores, incluyendo el acondicionamiento físico, el desarrollo de habilidades, el entrenamiento, la práctica de contacto y las competiciones si el equipo adopta los requisitos adicionales impuestos a los deportes colegiales, tal como se especifica en la Guía de las Instituciones de Educación Superior del Estado, con fecha del 30 de septiembre de 2020, y cumple con los requerimientos expuestos en el presente protocolo. Los requisitos para los deportes universitarios incluyen la realización de pruebas de detección periódicas, la implementación de un plan de seguridad de regreso al deporte y un plan de seguridad específico para cada establecimiento. Si las competencias y las prácticas de contacto solo se llevan a cabo al aire libre, no se aplican los requisitos adicionales para deportes colegiales impuestos. El acondicionamiento físico, el desarrollo de habilidades y el entrenamiento en espacios cerrados aún deben cumplir con el [Protocolo de reapertura para gimnasios y establecimientos de acondicionamiento físico: Apéndice I](#) del Condado. Se permite que haya observadores y espectadores en deportes para adultos y jóvenes al aire libre conforme el [Protocolo para eventos en vivo al aire libre con público sentado del DPH del condado de LA](#). Se permite que haya observadores y espectadores en deportes para adultos y jóvenes en interiores conforme al [Protocolo para eventos en vivo en interiores con público sentado del DPH del condado de LA](#). Consulte y ponga en práctica los requisitos del protocolo vigente si habrá observadores o espectadores presentes.

El riesgo de contagio de COVID-19 de una persona infectada, aunque se sienta bien, a otras personas **que no están vacunadas completamente** se ve afectado por los siguientes factores:

- **El riesgo aumenta sustancialmente en espacios cerrados.**
- El riesgo aumenta cuando las mascarillas **no** se usan de forma correcta y sistemática, y no se mantiene la distancia física.
- El riesgo aumenta con el aumento de los niveles de contacto entre los participantes. Un contacto más estrecho (en especial cara a cara) junto con la frecuencia y duración total del contacto estrecho, aumenta el riesgo de que se transmitan partículas respiratorias entre los participantes.
- El riesgo aumenta con los mayores niveles de esfuerzo. Un mayor esfuerzo aumenta la frecuencia de la respiración 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 exista una persona infecciosa.

Los deportes recreativos se clasifican en la tabla a continuación por su grado de contacto y riesgo de transmisión. Las actividades en exteriores que permiten el uso continuo de cobertores faciales y distanciamiento físico de todos los participantes son de menor riesgo que las actividades en interiores que implican contacto cercano entre participantes y un esfuerzo intenso que aumenta la expulsión de gotas y partículas respiratorias exhaladas, y que además limitan la capacidad de usar cobertores faciales de forma continua. Las competencias entre diferentes equipos y numerosos participantes también aumentan el trato y las interacciones entre grupos y fuera de las comunidades, lo que también contribuye al potencial de propagación de la enfermedad COVID-19. Actualmente no se permiten los torneos ni los eventos en los que participan más de dos equipos.

Tenga en cuenta que la lista en la Tabla 1 que aparece a continuación no es exhaustiva, sino que ofrece ejemplos de deportes con diferentes niveles de contacto, de modo que el nivel de riesgo y el nivel de restricciones correspondiente puedan evaluarse para otros deportes. Tenga en cuenta que no todos los deportes que están permitidos en los niveles bajos también están permitidos en los niveles altos.

En los protocolos a continuación, el término “unidad familiar” se define como “personas que conviven en una misma unidad familiar” y no incluirá situaciones de vivienda grupal institucional, como en dormitorios universitarios, fraternidades, hermandades, monasterios, conventos o centros de atención residencial, ni incluye situaciones de viviendas comerciales como casas de huéspedes, hoteles ni moteles.<sup>1</sup> Los términos “personal” y “empleado” incluyen a entrenadores, empleados, personal de apoyo, voluntarios, practicantes y aprendices, académicos y todas las personas que desempeñen un trabajo en el lugar o para el fin de la actividad deportiva recreacional. Los términos “participantes”, “familiares”, “visitantes” o “clientes” deben entenderse como que incluyen a miembros del público y otras personas que no son el personal ni los empleados y que pasan tiempo en el negocio o establecimiento o que participan de las actividades. Los términos “establecimiento”, “lugar” e “instalaciones” se refieren a los edificios, terrenos y cualquier

<sup>1</sup> Código del Condado de Los Ángeles, Título 22. §22.14.060 - F. Definición de familia. (Ord. 2019-0004 § 1, 2019.)  
[https://library.municode.com/ca/los\\_angeles\\_county/codes/code\\_of\\_ordinances?nodeId=TIT22PLZO\\_DIV2DE\\_CH22.14DE\\_22.14.060F](https://library.municode.com/ca/los_angeles_county/codes/code_of_ordinances?nodeId=TIT22PLZO_DIV2DE_CH22.14DE_22.14.060F)

edificio o terreno adyacente en los que esté permitido llevar a cabo las actividades. “LACDPH” o “Salud Pública” es el Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles.

A los fines de este Protocolo, se considera que las personas están “vacunadas completamente” contra el COVID-19<sup>2</sup>:

- Luego de 2 semanas o más de haber recibido la segunda dosis en el caso de vacunas de 2 dosis contra el COVID-19 (como Pfizer o Moderna) o
- Luego de 2 semanas o más de haber recibido una vacuna de dosis única (como Johnson & Johnson (J&J)/Janssen).

Tabla 1: Deportes recreativos para jóvenes y adultos permitidos por el nivel de restricciones actual del Condado<sup>3</sup>

Nivel generalizado (morado)	Nivel sustancial (rojo)	Nivel moderado (naranja)	Nivel mínimo (amarillo)
<p><b>Deportes en exteriores y de contacto bajo:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tiro con arco</li> <li>• Bádminton (individual)</li> <li>• Bandas</li> <li>• Ciclismo</li> <li>• Bochas</li> <li>• Cornhole</li> <li>• Carrera campo a través</li> <li>• Danza (sin contacto)</li> <li>• Disco golf</li> <li>• Tamborileo</li> <li>• Eventos ecuestres (incluidos los rodeos) en los que participa un solo jinete a la vez</li> <li>• Golf</li> <li>• Patinaje sobre hielo y sobre ruedas (sin contacto)</li> <li>• Bowling sobre césped</li> <li>• Artes marciales (sin contacto)</li> <li>• Entrenamiento síncrono (p. ej. yoga, zumba, Tai Chi)</li> <li>• Pickleball (individual/dobles)</li> <li>• Carrera (1 persona)</li> <li>• Carrera continua</li> <li>• Shuffleboard</li> <li>• Tiro al plato</li> <li>• Esquí y snowboarding</li> <li>• Caminata con</li> </ul>	<p><b>Deportes en exteriores y de contacto moderado:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bádminton (dobles)</li> <li>• Béisbol</li> <li>• Animación deportiva</li> <li>• Balón prisionero</li> <li>• Hockey sobre césped</li> <li>• Flag football</li> <li>• Gimnasia</li> <li>• Kickball</li> <li>• Lacrosse (niñas/mujeres)</li> <li>• Pickleball (parejas)</li> <li>• Animación deportiva</li> <li>• Sóftbol</li> <li>• Tenis (dobles)</li> <li>• Vóleibol</li> </ul>	<p><b>Deportes en exteriores y de contacto alto:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Basquetbol</li> <li>• Fútbol americano</li> <li>• Hockey sobre hielo</li> <li>• Lacrosse (niños/hombres)</li> <li>• Rugby</li> <li>• Fútbol (2 personas)</li> <li>• Fútbol</li> <li>• Waterpolo</li> </ul> <p><b>Deportes en interiores y de contacto bajo:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bádminton (individual)</li> <li>• Bowling</li> <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 clavado</li> <li>• Tenis (individual)</li> <li>• Atletismo</li> </ul>	<p><b>Deportes en interiores y de contacto moderado:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bádminton (dobles)</li> <li>• Animación deportiva</li> <li>• Danza (contacto intermitente)</li> <li>• Balón prisionero</li> <li>• Kickball</li> <li>• Pickleball (parejas)</li> <li>• Ráquetbol</li> <li>• Animación deportiva</li> <li>• Squash</li> <li>• Tenis (dobles)</li> <li>• Voleibol</li> </ul> <p><b>Deportes en interiores y de contacto alto:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Basquetbol</li> <li>• Boxeo</li> <li>• Hockey sobre hielo</li> <li>• Patinaje sobre hielo (parejas)</li> <li>• Artes marciales</li> <li>• Roller derby</li> <li>• Fútbol</li> <li>• Waterpolo</li> <li>• Lucha</li> </ul>

<sup>2</sup> Esto aplica a las vacunas contra el COVID-19 autorizadas actualmente para el uso de emergencia por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés): las vacunas Pfizer-BioNTech, Moderna y Johnson & Johnson (J&J)/Janssen contra el COVID-19. Esto también puede aplicar a las vacunas contra el COVID-19 que hayan sido autorizadas para uso de emergencia por la Organización Mundial de la Salud (OMS, por sus siglas en inglés), (por ejemplo, la AstraZeneca/Oxford). Para más información sobre vacunas contra el COVID-19 autorizadas por la OMS, visite el [sitio web](#) de la OMS.

<sup>3</sup> Orientaciones del Departamento de Salud Pública de California sobre *Deportes recreativos para jóvenes y adultos en exteriores e interiores* <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/outdoor-indoor-recreational-sports.aspx>.

Nivel generalizado (morado)	Nivel sustancial (rojo)	Nivel moderado (naranja)	Nivel mínimo (amarillo)
raquetas de nieve <ul style="list-style-type: none"> <li>• Natación y clavado</li> <li>• Tenis (individual)</li> <li>• Atletismo</li> <li>• Caminata y excursionismo</li> </ul>			

Los operadores, entrenadores y participantes de deportes recreativos para jóvenes y adultos de natación y clavado también deben ceñirse a los protocolos de piscinas públicas del Condado, que son específicas para este tipo de deportes recreativos.

Los operadores, entrenadores y participantes de deportes recreativos para jóvenes y adultos de golf y tenis también deben consultar los protocolos de los campos de golf y las canchas de tenis del condado, ya que se refieren específicamente a estos deportes recreativos.

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.pa.lacounty.gov/media/Coronavirus/> regularmente para cualquier actualización de este documento.

Esta lista de verificación abarca los siguientes elementos:

- (1) Protección y apoyo de la salud de las personas
- (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

Estos elementos deben abordarse a medida que su programa desarrolle cualquier protocolo de reapertura.

**Todos los equipos deportivos recreativos 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.**

Nombre del equipo deportivo recreativo o de la liga: \_\_\_\_\_

Nombre del entrenador y dirección de la instalación: \_\_\_\_\_

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

- Los participantes y equipos de deportes recreativos pueden participar en el entrenamiento, el acondicionamiento, las actividades de desarrollo de habilidades y las competencias como se describe a continuación. En la medida de lo posible, los participantes, los entrenadores y el personal de apoyo deben mantener a) una distancia física de al menos 6 pies entre ellos en todo momento y b) una distancia de 8 pies entre ellos durante los momentos de mayor esfuerzo físico.
- Se requiere que todos los **participantes** de los deportes usen una  **mascarilla adecuada**  que cubra la nariz y la boca en todo momento durante la práctica y el acondicionamiento, incluso durante un esfuerzo intenso, según se tolere, para proteger la seguridad de todos los participantes. Durante las competencias, se deben usar las  **mascarillas**  cuando no se esté participando de la actividad (por ejemplo, cuando está afuera de la cancha). Para más información, consulte la página web sobre mascarillas para el COVID-19 del Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles: <http://publichealth.lacounty.gov/acd/ncorona2019/masks/>. Las excepciones al uso de la mascarilla son cuando éste puede convertirse en un peligro, cuando se está en el agua, mientras se come/bebe o cuando se realiza un esfuerzo físico en solitario (como trotar solo). Para obtener más información sobre mascarillas, visite: <http://publichealth.lacounty.gov/acd/ncorona2019/masks/>. Los participantes deben usar una mascarilla

facial en todo momento cuando no estén participando, entrenando o jugando, incluso cuando estén en los laterales durante las competiciones. Esto se aplica a todos los adultos y a los niños de 2 años y mayores. No se deben usar mascarillas con válvulas unidireccionales. Solo las personas a quienes el proveedor de servicios médicos les haya indicado que no usen una mascarilla debido a una afección médica, afección de salud mental o discapacidad que les impide usar un cobertor facial están exentas de usarlo. Los participantes deben tomarse un descanso del ejercicio y/o quitarse la mascarilla si notan alguna dificultad para respirar y deben cambiar su mascarilla o cobertor facial si ésta se moja, se adhiere a la cara del participante 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.

- ❑ Todos los **entrenadores, el personal de apoyo, los familiares, los observadores y los visitantes** deben usar una **mascarilla adecuada** que cubra tanto la nariz como la boca en todo momento. Esto se aplica a todos los adultos y los niños de 2 años o más. No se deben utilizar mascarillas con válvulas unidireccionales. Las personas a las que su médico les indicó que no usen mascarilla deben utilizar una pantalla facial con una tela en el borde inferior, para cumplir con las directivas del Estado, siempre que su condición lo permita. Es preferible una tela que se ajuste a la barbilla.
- ❑ A todos los involucrados se les informó que no concurren al trabajo **ni participan de actividades** si están enfermos **o si recientemente han estado** expuestos a una persona con COVID-19 **de manera tal que tengan que hacer cuarentena**. Todos entienden que deben cumplir con la guía del Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles para el aislamiento y la cuarentena, si corresponde. Se revisaron y modificaron las políticas de permisos de los empleados en el lugar de trabajo con el fin de garantizar que no se penalicen a los empleados cuando se queden en casa debido a una enfermedad.
- ❑ Se realizan controles de síntomas al momento de inscribirse cada día, en cumplimiento de la guía para **control de ingreso** del LACDPH, antes de que participantes, entrenadores y personal de apoyo puedan participar en actividades deportivas recreativas para jóvenes y adultos. Los controles deben incluir una verificación respecto a la presencia de fiebre, tos, falta de aliento, dificultad para respirar y fiebre o escalofríos, y de si la persona tiene actualmente órdenes de estar en aislamiento o cuarentena. Estas verificaciones se pueden hacer en persona o mediante métodos alternativos, como la verificación por 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, no tiene actualmente órdenes de estar en aislamiento o cuarentena y no tuvo contacto con un caso conocido o sospechoso de COVID-19 en los últimos 10 días, se le puede autorizar a participar ese día.
  - Si la persona **no fue vacunada completamente** y ha tenido contacto con un caso conocido o sospechoso de COVID-19 en los últimos 10 días o tiene actualmente órdenes de estar en cuarentena, 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](https://ph.lacounty.gov/covidquarantine). **Una persona vacunada completamente o una persona que se ha recuperado de un caso de COVID-19 confirmado por laboratorio dentro de los 90 días previos no necesita hacer cuarentena luego de haber estado expuesta a un caso de COVID-19 conocido dentro de los 10 días previos siempre y cuando no presente síntomas. Quienes presenten síntomas de COVID-19 deben aislarse.**
  - Si la persona muestra alguno de los síntomas mencionados anteriormente o tiene actualmente órdenes de estar en cuarentena, 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](https://ph.lacounty.gov/covidisolation).
  - En caso de los **deportes juveniles**, consulte la [guía del DPH](#) sobre las vías de decisión de detección y exposición para las personas sintomáticas y los contactos de una persona potencialmente infectada en las instituciones educativas para determinar los siguientes pasos en el caso de las personas que no se realizaron la prueba de detección del COVID-19, pero que resultan positivas para los síntomas durante los controles de entrada y sus contactos.
- ❑ Anime a los participantes a traer sus propias botellas de agua precargadas, reutilizables o compradas. Las fuentes de agua están disponibles solo para llenar botellas de agua. Los participantes no deben beber del mismo recipiente de bebidas ni compartir bebidas.
- ❑ **Transporte de equipos:**
  - Los viajes en autobús/furgoneta de los equipos pueden suponer un mayor riesgo de transmisión. Si los equipos viajan en autobús/furgoneta, se debe cumplir con las siguientes medidas de seguridad:
    - Un máximo de 1 estudiante o participante adulto por asiento del autobús.
    - Las mascarillas deben usarse en todo momento.

- Se recomienda encarecidamente usar filas alternas, pero no es obligatorio.
- Las ventanas permanecen abiertas durante todo el viaje, a menos que no sea posible.
- Los viajes en autos privados deben limitarse únicamente a las personas de la familia inmediata, a las personas con la que el estudiante viaja diariamente hacia y desde la escuela o a aquellas personas que están vacunadas completamente contra el COVID-19.
- ❑ Todas las actividades deportivas recreativas que puedan realizarse al aire libre deben hacerse en las zonas exteriores para reducir el riesgo de transmisión para los participantes, entrenadores, miembros del personal de apoyo, y observadores, si se permite. Los equipos pueden utilizar una carpa u otro refugio solar, pero solo si los lados de la carpa del refugio solar no están cerrados, hay suficiente movimiento de aire exterior y la estructura se clasifica como una estructura para exteriores según la [Guía estatal sobre el uso de estructuras temporales](#). El movimiento del viento y del aire que entra y atraviesa espacios exteriores puede ayudar a reducir la concentración del virus en el aire y limitar la propagación de este de una persona a otra.
- ❑ **Consentimiento informado para los deportes juveniles.**
  - A causa de la naturaleza y el riesgo de transmisión del COVID-19 al participar en deportes en interiores y deportes al aire libre de contacto alto y moderado (como se define en la Tabla 1), estos equipos deben implementar y cumplir estrictamente con un proceso de consentimiento informado para los participantes y sus padres/tutores. El consentimiento informado debe brindar información sobre este riesgo a todos los participantes adultos y a todos los padres/tutores de los menores que participen en dichos deportes. Tanto los participantes y los padres/tutores de los menores deben afirmar que comprende y reconocer los riesgos mediante la firma de un formulario de consentimiento. Se puede encontrar un ejemplo del formulario de consentimiento en: [http://publichealth.lacounty.gov/media/coronavirus/docs/community/Sports\\_InformedConsentExample.pdf](http://publichealth.lacounty.gov/media/coronavirus/docs/community/Sports_InformedConsentExample.pdf).
- ❑ **Pruebas de rutina recomendadas para los deportes**
  - Se les recomienda enfáticamente a los equipos de deportes de alto contacto al aire libre y a los equipos de deportes de contacto moderado al aire libre (como se define en la Tabla 1) que adopten un programa de pruebas de detección semanales (pruebas de antígeno o PCR de COVID-19) para los participantes y entrenadores que no estén vacunados completamente durante la temporada y fuera de esta. No deberá incluirse en las pruebas periódicas de detección del COVID-19 a aquellas personas que presenten pruebas de que se han vacunado completamente contra el COVID-19<sup>4</sup> o de que se han recuperado de COVID-19 confirmado por laboratorio o que han completado el aislamiento dentro de los últimos 90 días si es que estas no presentan síntomas. Las pruebas de detección para aquellas personas que no están vacunadas completamente que estuvieron infectadas con COVID-19<sup>5</sup> deberían comenzar a realizarse a los 90 días del primer día en el que se presentaron síntomas o de que se obtuvo el resultado de COVID positivo (si las personas fueron asintomáticas).
  - En caso de las competencias, los resultados de las pruebas de COVID-19 o las pruebas de vacunación completas contra el COVID-19 deberían estar disponibles y ser revisados por los entrenadores dentro de un período de 24 horas anterior al partido. Si un participante juvenil se somete a pruebas de detección del COVID-19 semanales, entonces dichas pruebas semanales son suficientes y cumplen con los requisitos de las pruebas de detección para esa semana y para toda competición que tenga lugar durante esa semana. Los resultados de las pruebas de antígeno deben interpretarse siempre en el contexto de los antecedentes de exposición y de la presentación clínica de la persona sometida a la prueba. Un resultado positivo de una prueba de antígeno en una persona asintomática sin una exposición conocida debe confirmarse con una prueba de PCR. Se presume que un resultado negativo de una prueba de antígeno en una persona con síntomas de COVID-19 es negativo y debe confirmarse con una prueba de PCR; la persona con síntomas debe continuar aislada mientras espera el resultado de la prueba de PCR.
  - Si el resultado de la prueba de detección no está disponible dentro de las 24 horas antes del partido, la persona no tiene permitido jugar ni participar de este. Si el resultado de la prueba de detección del COVID-19 es indeterminado o positivo, la persona debe ser enviada a su casa de inmediato y

<sup>4</sup> A continuación se presentan las pruebas aceptables de "vacunación completa": 1) una identificación con foto de la persona y 2) su tarjeta de vacunación (que incluye el nombre de la persona vacunada, el tipo de vacuna contra el COVID-19 que se le aplicó y la fecha de la administración de la última dosis) O una foto de su tarjeta de vacunación como un documento separado O una foto de la tarjeta de vacunación de la persona en cuestión almacenada en un celular o en un dispositivo electrónico O documentación de vacunación completa contra el COVID-19 que haya sido provista por un profesional de la salud (que incluye el nombre de la persona vacunada y confirma que dicha persona está vacunada completamente contra el COVID-19).

<sup>5</sup> A continuación se presentan las pruebas aceptables de infección de COVID-19 previa (resultado de prueba viral positivo previo) y finalización del aislamiento dentro de los 90 días: una identificación con foto y una copia en papel o digital en su teléfono de una prueba de COVID-19 de antígeno o de PCR con resultado positivo realizada dentro de los últimos 90 días, pero no dentro de los últimos 10 días. Antes de participar en las actividades, las personas deben haber cumplido con el [requisito de aislamiento](#).

debe aislarse. Bríndele las instrucciones de aislamiento que se encuentran en: [ph.lacounty.gov/covidisolation](http://ph.lacounty.gov/covidisolation).

- Tenga en cuenta que se requerirá la realización de pruebas de detección si las tasas de casos ajustados para el Condado superan los 7 casos por cada 100.000 habitantes.
- **Los equipos/ligas deportivas juveniles de medio y alto contacto en interiores** pueden reanudar la competencia y la práctica de contacto **en interiores**, incluyendo el acondicionamiento físico, el desarrollo de habilidades, el entrenamiento, la práctica de contacto y la competición en interiores si el equipo cumple con los requisitos adicionales impuestos a los deportes universitarios, tal y como se especifica en la [Guía de las Instituciones de Educación Superior](#) de California, con fecha del 30 de septiembre de 2020, entre los que se encuentran los siguientes:
  - Realización de pruebas periódicas rutinarias de detección del COVID-19:
    - Los participantes, los entrenadores y los miembros del personal de apoyo deben someterse a pruebas de detección de COVID-19 periódicas, lo cual entra en vigor el martes 11 de mayo de 2021. Esto incluye a las pruebas de detección tanto de referencia como continuas. Según las pruebas de detección y las normas actuales, tanto las pruebas de detección diarias de antígeno como las pruebas periódicas de PCR son métodos aceptables para las pruebas de detección de referencia y continua.
      - Si se adopta un protocolo de pruebas de antígeno diarias, el protocolo debe comenzar con una prueba de PCR seguida de una prueba de antígeno diaria. Toda prueba de antígeno positiva debe motivar una prueba de PCR para su confirmación. La prueba de PCR es necesaria para los atletas y miembros del personal sintomáticos y debe realizarse dentro de las 24 horas siguientes a la notificación de los síntomas.
      - En el caso de los deportes de contacto de alto riesgo (básquet, hockey sobre hierba, fútbol, hockey sobre hielo, lacrosse, remo, rugby, soccer, squash, voleo, waterpolo y lucha libre), se permite la competición entre equipos solo si el equipo puede proporcionar las pruebas de detección del COVID-19 y los resultados de todos los atletas y miembros del personal de apoyo en las 48 horas anteriores a cada competencia.
      - Los resultados de las pruebas de antígenos deben interpretarse siempre en el contexto de los antecedentes de exposición y de la presentación clínica de la persona que se realizó la prueba. Un resultado positivo de una prueba de antígeno en una persona asintomática sin una exposición conocida debe confirmarse con una prueba de PCR. Se presume que un resultado negativo de una prueba de antígeno en una persona con síntomas de COVID-19 es negativo y debe confirmarse con una prueba de PCR; la persona con síntomas debe continuar aislada mientras espera el resultado de la prueba de PCR.
      - En caso de que las pruebas de detección y los resultados no están disponibles en las 48 horas anteriores a la participación en el deporte, práctica o competencia, la persona no tendrá permitido participar. Si el resultado de la prueba de detección del COVID-19 es indeterminado o positivo, la persona debe ser enviada a su casa de inmediato para que se aísle. Facilítele las instrucciones de aislamiento que se encuentran en [ph.lacounty.gov/covidisolation](http://ph.lacounty.gov/covidisolation).
      - No deberá incluirse en las pruebas periódicas de detección del COVID-19 a aquellas personas que presenten pruebas de que se han vacunado completamente contra el COVID-19<sup>6</sup> o de que se han recuperado de COVID-19 confirmado por laboratorio o que han completado el aislamiento dentro de los últimos 90 días<sup>7</sup> si es que estas no presentan síntomas. Las pruebas de detección para aquellas personas que no están vacunadas completamente que estuvieron infectadas con COVID-19 deberían comenzar a realizarse a los 90 días del primer día en el que se presentaron síntomas o de que se obtuvo el resultado de COVID positivo (si las personas fueron asintomáticas).
    - Adopte y cumpla con un Plan de Seguridad de Regreso al Deporte.
      - La entidad que patrocina el equipo deportivo (por ejemplo, la escuela, la liga o el equipo) debe adoptar y cumplir con un Plan de Seguridad de "Regreso al Deporte" y presentarlo junto con un Plan de Seguridad Específico del Sitio ante el Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles por lo menos 14 días antes de reiniciar toda actividad deportiva en interiores. Envíe ambos planes a la siguiente dirección de correo electrónico: [ehmail@ph.lacounty.gov](mailto:ehmail@ph.lacounty.gov). El Departamento

<sup>6</sup> A continuación se presentan las pruebas aceptables de "vacunación completa": 1) una identificación con foto de la persona y 2) su tarjeta de vacunación (que incluye el nombre de la persona vacunada, el tipo de vacuna contra el COVID-19 que se le aplicó y la fecha de la administración de la última dosis) O una foto de su tarjeta de vacunación como un documento separado O una foto de la tarjeta de vacunación de la persona en cuestión almacenada en un celular o en un dispositivo electrónico O documentación de vacunación completa contra el COVID-19 que haya sido provista por un profesional de la salud (que incluye el nombre de la persona vacunada y confirma que dicha persona está vacunada completamente contra el COVID-19).

<sup>7</sup> A continuación se presentan las pruebas aceptables de infección de COVID-19 previa (resultado de prueba viral positivo previo) y finalización del aislamiento dentro de los 90 días: una identificación con foto y una copia en papel o digital en su teléfono de una prueba de COVID-19 de antígeno o de PCR con resultado positivo realizada dentro de los últimos 90 días, pero no dentro de los últimos 10 días. Antes de participar en las actividades, las personas deben haber cumplido con el [requisito de aislamiento](#).

de Salud Pública del Condado de Los Angeles acusará recibo de los planes del equipo deportivo y de la fecha de inicio permitida para las actividades recreativas en interiores. El LACDPH podrá realizar una visita al sitio para comprobar el cumplimiento del Plan de Seguridad de Regreso al Deporte y el Plan de Seguridad Específico del Sitio.

- El Plan de Seguridad de Regreso al Deporte debe incluir documentación escrita de los siguientes elementos:
  - Una descripción del plan del equipo para cumplir con los requisitos de las pruebas de detección de rutina.
  - Un plan para el control de entrada de todos los trabajadores, miembros del personal de apoyo del equipo y los participantes antes de ingresar al establecimiento para la práctica y la competición.
  - Un plan para revisar los resultados de las pruebas de detección e informar los resultados positivos al LACDPH, tal como lo exige este Protocolo.
  - Un plan para cumplir con los esfuerzos de rastreo de contactos del LACDPH.
  - Un plan para garantizar que los participantes del equipo estén agrupados en la medida de lo posible.
  - Un plan para asegurarse que, al viajar para participar de encuentros como visitante, el equipo debe permanecer en la cohorte del equipo, sin mezclarse con los equipos locales u otros miembros de la comunidad anfitriona.
  - Una descripción de las medidas que el equipo tomará para cumplir con otros aspectos de este protocolo.
  - Un plan para comunicar las modificaciones de seguridad del equipo a los participantes, sus familias y el público, según sea necesario.
- Adopte y cumpla con un Plan de Seguridad Específico del Lugar.
  - La entidad que patrocina al equipo deportivo (por ejemplo, la escuela, la liga o el equipo) debe establecer un plan de prevención específico para cada establecimiento que utilice el equipo, realizar una evaluación exhaustiva de los riesgos en todas las áreas de trabajo y deportivas y designar a una persona en cada establecimiento para que ponga en práctica el plan.
  - La entidad que patrocina al equipo deportivo debe designar a una persona responsable de responder a las preocupaciones relacionadas con el COVID-19 en el atletismo en general y para cada equipo o deporte, de acuerdo a cada caso.
  - La entidad que patrocina al equipo deportivo debe capacitar y comunicarles a los trabajadores, al representante de los trabajadores (según corresponda) y a los participantes sobre el plan y poner dicho plan a disposición de los trabajadores y sus representantes.
  - La entidad que patrocina al equipo deportivo debe evaluar periódicamente los establecimientos para verificar el cumplimiento del plan y documentar y corregir las deficiencias identificadas.
  - El sistema HVAC fue inspeccionado por un especialista en los 30 días siguientes a la reapertura de los deportes en interiores y está en buen estado de funcionamiento. En la medida de lo posible, se aumentó la ventilación. Una ventilación eficaz es una de las formas más cruciales de controlar la transmisión de pequeños aerosoles.

Limite la ocupación en interiores.

- El acondicionamiento físico, el desarrollo de habilidades y el entrenamiento en espacios cerrados aún deben cumplir con el [Protocolo de reapertura para gimnasios y establecimientos de acondicionamiento físico: Apéndice L](#) del Condado. Se permite que haya observadores y espectadores en deportes para adultos y jóvenes en espacios cerrados de acuerdo con los requisitos y límites de capacidad específicos del [Protocolo para eventos en vivo en espacios cerrados del DPH del condado de LA](#). Consulte y ponga en práctica los requisitos del protocolo vigente si habrá observadores o espectadores presentes.

NOTA: Si las prácticas de contacto y las competencias de los deportes juveniles de contacto alto y moderado solo se llevan a cabo al aire libre, no se aplican estos requisitos adicionales impuestos a los deportes universitarios. El acondicionamiento físico, el desarrollo de habilidades y el entrenamiento en espacios cerrados deben cumplir con los requisitos del [Protocolo de reapertura para gimnasios y establecimientos de acondicionamiento físico: Apéndice L](#).

A excepción de las actividades descritas con anterioridad, no se permiten otras actividades en interiores por el



momento. Es más probable que la transmisión se produzca en entornos interiores. Esto incluye tanto las actividades deportivas entre equipos que no cumplen con los requisitos adicionales descriptos anteriormente como las actividades interiores asociadas, como las cenas de equipo o el estudio de películas, entre otras.

- Se permiten las **competencias entre equipos** (definidas como competencias solo entre dos equipos) para equipos de deportes en exteriores y **equipos** de deportes de interiores que satisfacen la totalidad de los requisitos **especificados** que se describen anteriormente según las siguientes condiciones:
  - **Se pueden llevar a cabo competencias entre equipos solo entre dos equipos.**
  - **Se pueden llevar a cabo competencias entre equipos solo con equipos de California.**
  - **Los torneos o eventos en los que participan más de dos equipos no están actualmente permitidos en California.** No obstante, se pueden hacer excepciones solo con la autorización por escrito del LACDPH y de cada uno de los departamentos de salud locales de los que proceden los equipos y para los deportes en los que los competidores individuales o en parejas de múltiples equipos son habituales, como: el atletismo, *cross-contry*, golf, esquí/snowboard, tenis, natación/buceo/surf, ciclismo, vóley y eventos ecuestres.
  - Las solicitudes de excepción para los eventos y competencias propuestos **dentro del condado de Los Ángeles** que sean entre más de dos equipos o múltiples competidores individuales o en parejas deben completarse en el siguiente enlace: [Solicitud de excepción a la regla de competición de dos equipos – Torneos o eventos](#). El formulario de solicitud en línea deberá presentarse al menos 14 días antes del evento o competencia propuestos. Asimismo, las solicitudes se revisarán por orden de llegada. La solicitud en línea requiere que los peticionantes describan el evento o la competencia propuestos y las modificaciones realizadas para cumplir con el presente Apéndice S y todo otro requisito pertinente para el control de infecciones. El LACDPH acusará recibo de la solicitud y se pondrán en contacto con el solicitante dentro de los 5 días hábiles siguientes a su recepción.
  - **Los equipos ubicados en el Condado de Los Ángeles y que se originen allí pueden participar en eventos y competencias entre más de dos equipos entre múltiples competidores individuales o dobles que se lleven a cabo fuera del Condado de Los Ángeles si se cumplen todas las siguientes condiciones:**
    - **Si el evento ha recibido la aprobación por parte del Departamento de Salud Local del condado en el que se llevará a cabo.**
    - **Todo equipo que tenga uno o más casos confirmados de COVID-19 en el equipo o personal de apoyo dentro de los 14 días previos al evento planeado o que tenga miembros del equipo o del personal de apoyo que estén haciendo cuarentena debido a que son un contacto cercano de un caso confirmado dentro de los 14 días previos al evento planeado NO podrá participar sin haber consultado al Centro de Educación de Enfermedades Infecciosas Graves (en inglés ACDC-Education Unit) del LACDPH y haber recibido su permiso para determinar qué jugadores y miembros del personal pueden ser elegibles para competir y quienes no pueden participar. Tenga en cuenta que cada situación es única y que la exclusión de todo el equipo del evento es una posible determinación basada en la necesidad de mantener la seguridad de todos los participantes. Puede contactarse con el Centro de Educación de Enfermedades Infecciosas Graves (en inglés ACDC-Education Unit) a través de [ACDC-Education@ph.lacounty.gov](mailto:ACDC-Education@ph.lacounty.gov).**
  - **Los equipos adoptan las recomendaciones actuales del Documento de asesoramiento para viajes del DPH cuando organicen un viaje para competir en otros condados.**
  - **Los equipos no deben participar en torneos o competencias fuera del estado.**
  - Un equipo se define como un grupo de jugadores que forman un lado unido en un juego o deporte competitivo.
  - Un equipo solo puede participar en una competición por día como máximo.
- Situaciones especiales, incluyendo la animación deportiva, la banda y los tambores.**
  - La animación deportiva se considera comparable con la animación de competición como deporte de contacto moderado y, como tal, debe cumplir con todos los requisitos de los demás deportes de contacto moderado al aire libre. La animación deportiva al aire libre está permitida en competencias al aire libre entre dos equipos que participan en un deporte diferente.
  - La banda y los tambores se consideran actividades recreativas juveniles de bajo contacto, que debe cumplir con todos los requisitos pertinentes al control de infecciones. Se permite que la banda y los tambores participen en competencias al aire libre entre dos equipos que compitan en un deporte diferente.
- Todas las áreas donde los participantes 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 participantes y los empleados puedan mantener una distancia física de 6 pies mientras están en el área.

- Los puestos de venta de alimentos y bebidas cuyo operador tenga un permiso de salud pública válido emitido por el LACDPH pueden funcionar de acuerdo con los requisitos para puestos de alimentos y bebidas que aparecen en el Protocolo para eventos en vivo al aire libre con público sentado: **Apéndice Z**. Los clientes que compren alimentos o bebidas deben comer y beber en un área de comidas designado o en sus asientos al aire libre manteniendo distanciamiento con respecto a las personas que no son parte de su grupo familiar. Para obtener el permiso de salud pública, por favor, envíe un correo electrónico al LACDPH a [ehmail@ph.lacounty.gov](mailto:ehmail@ph.lacounty.gov)
- Se permiten **observadores y espectadores** en deportes al aire libre para jóvenes y adultos de acuerdo con el [Protocolo del Condado de Los Ángeles para eventos en vivo en espacios cerrados con público sentado](#). En el nivel **amarillo**, la capacidad máxima de ocupación en eventos de deportes al aire libre que se realizan en lugares es del 67% de la capacidad máxima del lugar conforme el código contra incendios o del edificio aplicable. Consulte y ponga en práctica los requisitos de ese protocolo en el caso de que vaya a haber observadores o espectadores.
- Se permiten **observadores y espectadores** en deportes en espacios cerrados para jóvenes y adultos de acuerdo con el [Protocolo del Condado de Los Ángeles para eventos en vivo en espacios cerrados con público sentado](#). La capacidad máxima de ocupación en eventos de deportes en espacios cerrados que se realizan en lugares se basa en la capacidad máxima de ocupación del lugar conforme el código contra incendios o del edificio aplicable. Consulte y ponga en práctica los requisitos de ese protocolo en el caso de que vaya a haber observadores o espectadores. Considere ofrecer servicio de transmisión por video de los juegos para que puedan ser vistos en tiempo real desde la casa.
- Los participantes, entrenadores y personal de apoyo deben agruparse por equipos, y debe evitarse que participen con más de un equipo a lo largo de la misma temporada o mismo período de tiempo. Para los deportes juveniles, consulte la [Guía del CDC sobre escuelas y cohorte](#).
- Considere rediseñar las actividades deportivas recreativas 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 participantes a traer su propio equipo (por ejemplo, bates, palos de golf, raquetas) para practicar y así no compartirlo. Los participantes pueden compartir de forma reducida el equipo para, como, por ejemplo, patear una pelota de fútbol entre dos participantes o lanzar una pelota de béisbol, de fútbol americano o un frisbee como parte de ejercicios de desarrollo de habilidades o durante el juego. Si el equipo debe ser compartido, como durante los juegos, los participantes deben practicar la higiene de manos antes del juego, durante los descansos, en el medio tiempo y después de concluir la actividad.
- Los participantes, entrenadores y personal de apoyo 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 únicamente 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 isopropilol son más tóxicos y se pueden absorber a través de la piel.
- Se desaconseja que los participantes, entrenadores y personal de apoyo 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 recreativos que tengan acceso a instalaciones en interiores, incluidas entre otras, baño e instalaciones de vestuarios, pueden permitirles a los empleados, entrenadores, personal de apoyo y **participantes** acceder a esas áreas interiores de las instalaciones para usar el baño o tomar un descanso, **para utilizar vestuarios y duchas**, para realizar operaciones esenciales de la oficina y para introducir y sacar suministros y materiales del edificio diariamente. **Debe limitarse la capacidad en baños, vestuarios y duchas en espacios cerrados a un 50% de capacidad según el código de incendios o del edificio aplicable**. El establecimiento debe monitorear la entrada en las instalaciones para limitar la capacidad del baño, evitar reuniones en interiores y para garantizar el distanciamiento físico entre quienes están en la fila para usar los baños, **vestuarios o duchas interiores**. 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 la frecuencia que se detalla a continuación, pero**

no menos de una vez al día, en el siguiente horario:

- Vestuarios: \_\_\_\_\_
- Baños: \_\_\_\_\_
- Otro: \_\_\_\_\_

- Al elegir productos de limpieza, use los aprobados para su uso contra COVID-19 en la lista "No 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 del LACDPH 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 de beneficios](#) 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 COVID-19 de Licencia por Enfermedad Retribuida Suplementaria del año 2021](#).
- Al ser informado de que uno o más empleados, entrenadores, personal de apoyo o participantes 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, entrenadores, personal de apoyo o participantes que estuvieron expuestos en el lugar de trabajo a los casos. Si existe una exposición a la infección del COVID-19 en una cohorte estable de un programa de deportes juveniles, todos los miembros de ese grupo deberán hacer cuarentena de forma inmediata.
- 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 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](#) del LACDPH.
- Informe de casos de COVID-19:**

Para los **deportes juveniles**, el entrenador o la liga están obligados a notificar al Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles (LACDPH) de todos los casos confirmados de COVID-19 entre los empleados, entrenadores, miembro del personal de apoyo y los participantes que estuvieron en el establecimiento en cualquier momento de los 14 días previos al inicio de la enfermedad. La fecha de inicio de la enfermedad es la fecha de la prueba de COVID-19 o la fecha de aparición de los síntomas de la persona infectada, cualquiera de los dos que sea antes. Esta notificación se puede realizar en línea a través de una aplicación web segura (<http://www.redcap.link/lacdph.educationsector.covidreport>) o al descargar y rellenar la [Lista de casos y líneas de contacto de COVID-19 para el sector educativo](#) y enviarlo a <mailto:ACDC-Education@ph.lacounty.gov> en caso de que la presentación en línea no sea posible. El entrenador o la liga debe informar sobre las infecciones de COVID-19 en el programa de deportes juveniles al Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles dentro de un (1) día hábil de la notificación de la existencia de un caso. Si se identifican tres (3) o más casos entre los miembros del programa deportivo juvenil en un lapso de 14 días, el entrenador o la liga deben informar de forma inmediata sobre este grupo al Departamento de Salud Pública usando los mismos métodos descritos anteriormente. El Departamento de Salud Pública trabajará junto al establecimiento para determinar si el grupo es un brote que requiera una respuesta de salud pública para brotes.

- Para los **deportes para adultos**, el entrenador o la liga está obligado a informar de todas las infecciones de COVID-19 dentro de un programa deportivo para adultos al Departamento de Salud Pública dentro de un (1) día hábil desde la notificación del caso. Si se identifican tres (3) o más casos entre los miembros del

equipo deportivo para adultos en un lapso de 14 días, el entrenador o la liga deben informar inmediatamente en línea sobre este grupo al Departamento de Salud Pública en [www.redcap.link/covidreport](http://www.redcap.link/covidreport). El Departamento de Salud Pública trabajará junto al establecimiento para determinar si el grupo es un brote que requiera una respuesta de salud pública para brotes.

**Regreso a los deportes después de la infección:**

- Las personas que se recuperan de la infección por COVID-19 no deben reanudar el ejercicio hasta que un médico les dé el visto bueno y tendrán diferentes caminos para volver a practicar deporte en función tanto de la gravedad de la enfermedad como de su estado de salud subyacente. Una vez que el médico apruebe el regreso al deportista, se puede justificar y recomendar un protocolo gradual de vuelta al ejercicio, que introduzca y aumente la actividad física de forma gradual. Consulte la sección “¿Qué hacer si un participante tuvo COVID-19 o lo tiene durante la temporada?” en la [Guía provisional de la Academia de Pediatría sobre el retorno al deporte](#) y la [Guía de retorno gradual al juego tras una infección por COVID-19](#) para obtener más orientación.
- Nadie con síntomas de COVID-19 o que esté en aislamiento o cuarentena por COVID-19 puede asistir a los entrenamientos o competiciones.
- Toda persona con síntomas de COVID-19 debe consultarle a su médico para la realización de las pruebas de detección del COVID-19 y debe notificarle a su entrenador, preparador deportivo y/o administrador escolar sus síntomas y el resultado de la prueba.

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. Para más información consulte la página web sobre mascarillas para el COVID-19 del Departamento de Salud Pública del Condado de Los Angeles: <http://publichealth.lacounty.gov/acd/ncorona2019/masks/>. El empleado debe usar la mascarilla 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 cobertores faciales con válvulas unidireccionales.

Se les indica a los empleados que deben lavar, si corresponde, o reemplazar sus cobertores faciales diariamente después de usarlos.

Se les ha recordado a los empleados, entrenadores, personal de apoyo y miembros del equipo juvenil que se adhieran a acciones de prevención personal que incluyen:

- Quedarse en casa cuando están enfermos.
  - Si tiene síntomas de COVID-19, quédese 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 (por ejemplo, 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 de COVID-19, 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 participantes. 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, participantes y familias.

## B. PROTOCOLOS DE MANTENIMIENTO

- Los artículos de uso común se desinfectan **al menos una vez al día**.
- El equipo de uso común se desinfecta antes y después de cada uso.
- Los baños ubicados en los campos, establecimientos o locales deportivos accesibles al público deben permanecer abiertos al público **durante el horario de funcionamiento y se recomienda que se controlen regularmente y que se limpien y desinfecten al menos una vez al día o con mayor frecuencia si se considera necesario debido a un uso muy frecuente. Deben utilizarse desinfectantes aprobados por la EPA y seguirse las instrucciones de uso del fabricante.**
- Las fuentes de agua están disponibles solo para llenar botellas de agua.

## C. PROTOCOLOS DE MONITOREO

- Las instrucciones y la [señalización](#) informativa se publica en cada instalación para recordarles a todos que mantengan distancia física de seis pies, la necesidad de usar un cobertor facial en todo momento, la importancia de lavarse las manos con frecuencia y la necesidad de quedarse en casa si la persona se siente enferma o tiene síntomas de COVID-19. Consulte la página web de la guía sobre el COVID-19 del DPH (<http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/guidances.htm#business>) para obtener recursos adicionales y ejemplos de señalización que pueden utilizarse en las ligas.
- Los medios en línea de los programas de deportes recreativos (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 o si actualmente tienen órdenes de estar en autoaislamiento o cuarentena.
- 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.
- La entidad patrocinadora (escuela, liga o equipo, según sea el caso) conserva una copia de este protocolo o, si corresponde, del Certificado de Cumplimiento contra el COVID-19 impreso del Condado de Los Ángeles. Para más información o para completar el programa de certificación del cumplimiento de seguridad contra el COVID-19, visite la página web <http://publichealth.lacounty.gov/eh/covid19cert.htm>. Los equipos deportivos deben contar con una copia del Protocolo en el establecimiento para su revisión, a petición.

**Cualquier medida adicional no incluida anteriormente deberá ser constatada en páginas separadas, que el coordinador deportivo recreativo 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 recreativo:**

**Número de teléfono:**

**Fecha de la última revisión:**

## Anexo A: Ejemplo de formulario de consentimiento informado

IMPORTANTE: El ejemplo de formulario de consentimiento informado que se presenta a continuación tiene como único objetivo ofrecer un ejemplo de lo que puede incluirse en un formulario de consentimiento para atletas jóvenes y adultos que participan en deportes de contacto moderado y alto. Esto incluye (1) un reconocimiento de los riesgos asociados con la participación en actividades deportivas durante una pandemia y (2) un reconocimiento de los protocolos de seguridad del Equipo de COVID-19, incluyendo la necesidad de practicar pruebas de detección de síntomas antes de participar en toda actividad del equipo y de informar los casos confirmados de COVID-19 y sus contactos cercanos a Salud Pública. Las personas que operan y administran equipos y ligas deportivas de jóvenes y adultos deben consultarle a su asesor legal antes de implementar todo proceso de consentimiento informado.

Estimado deportista y, si el deportista es menor de edad, padre/tutor:

El Estado de California anunció recientemente que, a partir del 26 de febrero de 2021, se podrán reanudar los deportes recreativos para jóvenes y adultos de contacto moderado y alto, incluidas las competiciones, si lo permiten las autoridades sanitarias locales y si se cumple los requisitos del Condado de Los Ángeles y del Estado para estos deportes.

El [Equipo] está tomando medidas razonables para prevenir la propagación de la infección por COVID-19, incluyendo el seguimiento/rastreo y el cumplimiento de las órdenes y protocolos de salud pública del Estado y del Condado. No obstante, no se puede eliminar la posibilidad de transmisión. Los deportistas y sus familias deben conocer y reconocer los riesgos antes de participar en el deporte.

Al poner sus iniciales y firmar el presente Acuerdo de Consentimiento Informado, usted reconoce, acepta y está de acuerdo con todo lo siguiente (el deportista y, si el deportista es un menor de edad, los padres/tutores deben poner sus iniciales y firmar):

- La participación en el atletismo es puramente voluntaria

Iniciales del padre: \_\_\_\_\_ Iniciales del atleta: \_\_\_\_\_

- El deportista juvenil tiene permiso para participar en reuniones, prácticas y competiciones deportivas de acuerdo con las indicaciones del personal técnico.

Iniciales del padre: \_\_\_\_\_ Iniciales del atleta: \_\_\_\_\_

- Ni el deportista ni el padre/tutor asistirán a las reuniones, prácticas y/o competiciones si se da alguna de las siguientes circunstancias:

A. El deportista o cualquier miembro de su familia presenta uno o varios síntomas de COVID-19 que aparecieron por primera vez en los últimos 10 días: fiebre (de 100,4°F o 38°C o más) o escalofríos, tos, falta de aliento o dificultad para respirar, sensación de cansancio, dolores musculares o corporales, dolor de cabeza, dolor de garganta, náuseas o vómitos, diarrea, congestión o secreción nasal, o una pérdida reciente del gusto o del olfato. El deportista o el padre/tutor, si el deportista es menor de edad, comprobará la temperatura del deportista en casa antes de asistir a las reuniones, los entrenamientos y/o las competiciones. Asimismo, el deportista no asistirá si su temperatura es igual o superior a 100,4°F o 38°C.

B. El deportista o cualquier miembro de su familia fue diagnosticado con COVID-19 o cuentan con un diagnóstico sospechoso de COVID-19 o está pendiente de una prueba de detección de COVID-19.

C. El deportista o cualquier miembro de su familia pasó tiempo con otra persona a la que se le diagnosticó COVID-19 o se sospecha que fue diagnosticado con COVID-19.

D. El deportista o cualquier miembro de su familia debe cumplir actualmente con órdenes de aislamiento o cuarentena.

Iniciales del padre: \_\_\_\_\_ Iniciales del atleta: \_\_\_\_\_

- En caso de que el deportista tenga un resultado positivo de COVID-19 o se lo identificó como expuesto a un

individuo que dio positivo en la prueba de detección del COVID-19, el deportista o el padre/tutor, si el deportista es menor de edad, se compromete a informar de inmediato a los [Oficiales de equipo] y reconoce que los [Oficiales de equipo] deben ponerse en contacto con el Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles (LACDPH) para proporcionar información sobre el resultado positivo confirmado, incluyendo el nombre del deportista y la información de contacto. Doy mi consentimiento para que el [Equipo] suministre dicha información al LACDPH o a todo otro organismo administrativo conforme lo exija la ley. Estoy de acuerdo en cooperar voluntariamente con cualquier rastreo de contactos que se considere necesario por parte de los [Oficiales de equipo] y/o LACDPH.

Iniciales del padre: \_\_\_\_\_ Iniciales del atleta: \_\_\_\_\_

- Somos conscientes de que el deportista puede estar expuesto al COVID-19 mientras participa o asiste a reuniones, prácticas y/o competiciones. Entendemos que esta exposición conlleva un riesgo de infección, enfermedad grave o muerte tanto para el deportista como para los miembros de su hogar.

Iniciales del padre: \_\_\_\_\_ Iniciales del atleta: \_\_\_\_\_

- Reconocemos que el [Equipo], el Gobernador, el Departamento de Salud del Estado, el LACDPH u otro organismo administrativo con autoridad sobre el [Equipo] pueden determinar la cancelación de una competición o de la temporada en cualquier momento. Asimismo, reconocemos que el [Equipo] debe cumplir con todo mandato emitido por cualquier entidad con la autoridad sobre el atletismo y se compromete a cumplir con cualquier directiva, incluso si se emite después de la firma del presente acuerdo.

Iniciales del padre: \_\_\_\_\_ Iniciales del atleta: \_\_\_\_\_

- El deportista y el padre/tutor, si el deportista es un menor de esas, son conscientes de que las prácticas, los partidos, los espectáculos y/o el transporte tendrán un aspecto diferente al de años anteriores, incluyendo la necesidad de distanciamiento físico y el uso correcto y consistente de mascarillas faciales. Estamos de acuerdo en cumplir con las indicaciones del cuerpo técnico y reconocemos que si no lo hacemos se le puede negar al deportista la participación en los entrenamientos, competiciones y/o toda la temporada deportiva.

Iniciales del padre: \_\_\_\_\_ Iniciales del atleta: \_\_\_\_\_

- El deportista participa de forma voluntaria en el atletismo. El deportista o el padre/tutor, si el deportista es menor de edad, acepta asumir todos y cada uno de los riesgos de infección, lesión o muerte, ya sean conocidos o desconocidos.

Iniciales del padre: \_\_\_\_\_ Iniciales del atleta: \_\_\_\_\_

LEÍ/LEÍMOS ATENTAMENTE EL PRESENTE ACUERDO Y ENTIENDO/ENTENDEMOS COMPLETAMENTE SU CONTENIDO. SOY/SOMOS CONSCIENTES DE LOS RIESGOS DE PARTICIPAR EN EL ATLETISMO DURANTE LA PANDEMIA DEL COVID-19. FIRMO/FIRMAMOS EL PRESENTE ACUERDO DE FORMA VOLUNTARIA, PLENAMENTE CONSCIENTE DE LOS RIESGOS Y DE MI EXENCIÓN Y RENUNCIACIÓN A TODO RECLAMO CONTRA EL [EQUIPO], SUS EMPLEADOS, AGENTES, MIEMBROS DE LA JUNTA DIRECTIVA U OTRAS ENTIDADES RELACIONADAS.

Nombre del deportista: \_\_\_\_\_

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

Fecha: \_\_\_\_\_

Nombre del padre: \_\_\_\_\_

Firma del padre, si el deportista es un menor de edad: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_