

Regreso al Juego RI: Pautas deportivas para jóvenes, adultos y escuelas durante la Fase III

A partir de la Fase III, las organizaciones deportivas para jóvenes y adultos comenzaron a implementar actividades deportivas de acuerdo con las pautas establecidas por el estado. En virtud de las [regulaciones de emergencia](#) del Departamento de Salud de Rhode Island (RIDOH) las organizaciones deben referirse y adherirse a las [Pautas Generales para Negocios/Organizaciones en la Reapertura de RI](#). El Estado preparó una [lista de verificación rellenable](#) para ayudar a los negocios y organizaciones en el cumplimiento de los requerimientos delineados en estas regulaciones de RIDOH. Las organizaciones deportivas para jóvenes y adultos y los operadores de instalaciones deportivas deben cumplir con las regulaciones y las [órdenes ejecutivas](#) vigentes de RIDOH.

Las organizaciones deportivas para jóvenes deben también referirse a las [pautas para deportes juveniles](#) y las [pautas para visitar parques e instalaciones recreacionales](#) de los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC). Las organizaciones deportivas están sujetas a la [Regreso a la Escuela RI: Guía sobre Salud y Seguridad para la Reapertura de las Escuelas Elemental y Secundaria de Rhode Island](#) y las reglas y regulaciones de las organizaciones deportivas que regulan los deportes escolares, como los comités escolares locales y [Liga Interescolar de Rhode Island](#).

Las pautas a continuación resumen los pasos adicionales que Rhode Island está pidiendo cumplir durante la Fase III a todos los individuos, escuelas públicas y privadas, municipalidades, organizaciones deportivas de jóvenes y adultos, operadores de instalaciones deportivas y corporaciones. Si usted tiene preguntas acerca de esta guía, por favor contacte a Cindy Elder, en la División de Parques y Recreación del Departamento de Manejo Ambiental de RI, en cynthia.elder@dem.ri.gov.

Operaciones en la Fase III:

- **Grupos estables:** Se exhorta a los participantes a organizar equipos como “grupos estables”. El término “grupos estables” significa que los mismos individuos, incluidos entrenadores, jugadores, personal y voluntarios, permanecen en el mismo grupo a lo largo del programa completo. Se exhorta a los participantes a no cambiar de un grupo a otro. Se exhorta a los padres y cuidadores a escoger para su hijo un grupo estable por temporada.
- **Evento/Tamaño del grupo:** El tamaño de la reunión para las prácticas o juegos deportivos para jóvenes o adultos (incluidos jugadores, entrenadores, voluntarios y espectadores) debe estar de acuerdo con el límite de tamaño de la reunión en las sedes en las órdenes ejecutivas vigentes.
- **Distancia física:** Se recomiendan actividades en las que se pueda mantener al menos seis pies de distancia física, y preferiblemente 14 pies de distancia física. Cuando no participen en un juego activo (por ejemplo, en el banco o en la línea lateral), los miembros de un grupo estable deben mantener una distancia física de seis pies entre cada individuo.

REOPENING RI

- **Espacio entre grupos estables:** Cuando los grupos estables no participen en juegos activos entre sí, los grupos estables deben mantener una distancia física mínima de 14 pies entre grupos estables.
- **Rastreo de contactos/Cuarentena:** Si un jugador, entrenador o miembro de un equipo o de un grupo estable da positivo a COVID-19, todo el equipo o grupo (si ha estado en contacto cercano con la persona que dio positivo al COVID-19) debe ponerse en cuarentena durante 14 días o de acuerdo con las instrucciones del Departamento de Salud de RI. Todos los participantes en deportes para jóvenes, adultos y escolares fuera del estado deben ser informados y adherirse a las [órdenes ejecutivas](#) acerca de la necesidad de ponerse en cuarentena antes de su participación. Todas las personas que han dado positivo en la prueba de COVID-19 o han estado en contacto cercano con una persona que dio positivo en la prueba deben cooperar con el Departamento de Salud de RI para contactar, rastrear a otras personas potencialmente positivas y limitar la propagación del coronavirus.
- **Detección:** Todos los jugadores, personal, entrenadores, voluntarios y espectadores deben ser examinados para detectar síntomas relacionados con COVID-19 antes del comienzo de cada actividad. Una herramienta de detección está disponible, en [inglés](#) y [español](#), para ayudar con la evaluación adecuada, una herramienta de detección está disponible en <https://health.ri.gov/covid/for/business/>. Cualquier persona que muestre signos de enfermedad y cualquier persona que haya estado expuesta a una persona con COVID-19 debe ser excluida de la actividad de acuerdo con las pautas del CDC y RIDOH que se encuentran en <https://health.ri.gov/diseases/ncov2019/>.
- **Limpieza de manos:** Se debe promover el lavado o desinfección de manos frecuente entre todos los que participan en actividades deportivas y los espectadores. Si no hay agua y jabón disponibles, se puede usar un desinfectante para manos que contenga al menos un 60% de alcohol. El lavado y/o desinfección de manos debe ocurrir al entrar y salir de una instalación deportiva y antes, durante y después de las actividades deportivas. Se anima a los atletas y entrenadores a evitar las palmadas en la espalda, los abrazos, los apretones de manos y de puños.
- **Instalaciones deportivas (instalaciones no escolares, como pistas de hielo bajo techo, complejos deportivos, etc.):**
 - Las áreas comunes, como las áreas de espera, vestíbulos y vestuarios pueden abrir a una capacidad de 1 persona por cada 100 pies cuadrados de espacio. Estas áreas deben tener un programa de limpieza por escrito y estar provistas de materiales de limpieza y desinfección. Las duchas para uso individual se permiten solo cuando las duchas se desinfectan entre usos. Si las duchas no se pueden desinfectar entre usos, se debe alentar a los atletas a que se duchen en su casa lo más rápido posible después de la práctica y los juegos.
 - Se debe poner en práctica un programa de limpieza para garantizar la limpieza frecuente de áreas o equipos de alto contacto, limpieza diaria y limpieza y desinfección entre sesiones. Esto puede incluir limpiar las superficies que se tocan con frecuencia en el campo, la cancha o la superficie de juego al menos una vez al día, o entre usos por diferentes grupos estables. Consulte la guía sobre [limpieza y desinfección](#) y la [guía para deportes juveniles](#) de los CDC.
- **Objetos compartidos:** No es aconsejable compartir artículos que son difíciles de limpiar, sanear o desinfectar entre usos (por ejemplo, bates, raquetas). Los participantes deben



REOPENING RI

traer y usar su propio equipo cuando sea posible, o tener equipo designado y etiquetado para uso individual por parte de la organización. El equipo compartido debe limitarse y desinfectarse entre usuarios. El equipo debe organizarse para permitir la distancia física entre los usuarios y limitar los toques múltiples. No se deben compartir tazas, botellas u otros alimentos/bebidas.

- **Espectadores:** Se permiten espectadores de conformidad con las [órdenes ejecutivas](#) y regulaciones de RIDOH en cuanto a tamaño de grupos en lugares de reunión. Los espectadores deben asegurar al menos seis pies de distancia física entre los grupos de un mismo hogar y mantener al menos 14 pies de espacio desde el límite exterior del juego. Se recomienda que no asistan más de dos (2) espectadores de cualquier hogar. Los espectadores deben usar cubiertas para la cara de acuerdo con las [órdenes ejecutivas](#) sobre cubiertas faciales.
- **Cubiertas faciales:** Los entrenadores, el personal, los voluntarios, los jugadores y los espectadores deben usar una cubierta facial de acuerdo con las regulaciones y [órdenes ejecutivas](#) de RIDOH. Los entrenadores de escuela, el personal, los voluntarios, los jugadores y los espectadores deben usar una cubierta facial de acuerdo con la [Guía de Salud y Seguridad para la Reapertura de las Escuelas Elemental y Secundaria en Rhode Island](#). Se anima a los atletas a que traigan cubiertas faciales adicionales y se pongan una cubierta facial limpia y seca en caso de que la que estén usando se moje o ensucie mientras realizan actividades deportivas.
- **Nivel de riesgo de los deportes:** El Comité Olímpico y Paralímpico de Estados Unidos, [Federación Nacional de Asociaciones de Escuelas Secundarias](#) (NFHSA por sus siglas en inglés) y muchas otras organizaciones deportivas han categorizado los deportes basándose en el riesgo de transmisión de COVID-19 inherente al deporte o la actividad recreativa en sí como se practica tradicionalmente. Para los propósitos de esta guía, el Estado recomienda que las organizaciones deportivas y los operadores de instalaciones deportivas sigan las categorías establecidas por NFHSA en su [Guía para la Apertura de Actividades y Deportes de Escuelas Secundarias](#) como sigue:
 - **Alto Riesgo:** Incluye deportes que implican un contacto cercano y sostenido entre los participantes, la falta de barreras protectoras significativas y una alta probabilidad de que las partículas respiratorias se transmitan entre los participantes. Ejemplos: lucha, fútbol, lacrosse para niños/adultos, animación competitiva, baile.
 - **Riesgo Moderado:** Incluye deportes en grupo o deportes que involucran contacto cercano intermitente o contacto cercano y sostenido, pero con equipo de protección instalado que puede reducir la probabilidad de transmisión de partículas respiratorias entre participantes o deportes que usan equipo que no se puede limpiar entre participantes. Ejemplos: baloncesto, voleibol*, béisbol*, sóftbol*, soccer, polo acuático, gimnasia*(si el equipo no se puede limpiar lo suficiente entre los competidores), hockey sobre hielo, hockey sobre césped, tenis*, relevos de natación, salto con garrocha*, salto alto*, salto largo*, lacrosse femenino, remo con dos o más tripulantes, fútbol 7 contra 7.
 - *Puede, potencialmente, ser considerado de “Bajo Riesgo” con la limpieza apropiada del equipo y el uso de mascarillas por los participantes.
 - **Bajo Riesgo:** Incluye deportes que pueden realizarse con distancia física o individualmente sin compartir equipo o la capacidad de limpiar el equipo entre

REOPENING RI

uso por parte de los competidores. Ejemplos: eventos de carrera individual, eventos de lanzamiento (jabalina, tiro, disco), natación individual, golf, levantamiento de pesas, esquí alpino, animación en la línea lateral, remo simple, carrera a campo traviesa (con salidas escalonadas).

- **Deportes con riesgos Bajo a Moderado:** Pueden ocurrir juegos entre grupos estables para deportes de riesgo bajo y moderado y deben incorporar modificaciones que reduzcan el contacto físico cercano o cara a cara. Vea **Modificaciones para el Juego** a continuación. Los juegos con equipos de otros estados pueden ocurrir para deportes de riesgo bajo y moderado, siempre que los miembros del equipo hayan cumplido con todas las restricciones de viaje y órdenes ejecutivas aplicables. No más de dos equipos deben estar en cualquier lugar durante un juego.
- **Deportes de Alto Riesgo:** Participantes en deportes de alto riesgo (por ejemplo, lucha libre, baloncesto, fútbol) deben centrarse en la práctica y los ejercicios que eviten el contacto cercano y sostenido. Los participantes en deportes de alto riesgo no deben participar en juegos con equipos dentro o fuera del estado.
- **Modificaciones para el Juego:** Siempre existirá un riesgo inherente al participar en deportes. Para minimizar el riesgo de transmisión de COVID-19, a los deportes que pueden reanudar los juegos se recomienda encarecidamente que identifiquen las medidas que se puedan tomar para limitar significativamente el contacto y aumentar el distanciamiento físico entre los jugadores. En general, estos incluyen:
 - Modificar el juego y las prácticas tanto como sea posible para mantener a los jugadores separados seis pies durante la mayor parte del juego o la práctica.
 - Alternar los horarios o lugares de llegada y entrega del equipo o establecer otros protocolos para limitar el contacto entre grupos y con los tutores tanto como sea posible. Un ejemplo es aumentar la cantidad de tiempo entre prácticas y competencias para permitir que un grupo se vaya antes de que otro grupo ingrese a las instalaciones. Esto también permite más tiempo para limpiar la instalación entre usos.
 - Realizar la actividad o el deporte al aire libre siempre que sea posible, ya que la actividad al aire libre es generalmente más segura que bajo techo y permite un mayor distanciamiento. Considere reprogramar las prácticas o los juegos debido a las inclemencias del tiempo en lugar de reubicar el deporte en interiores.
 - Acortar las actividades, prácticas y juegos o realizar la actividad con menos participantes en la medida de lo posible.
 - Eliminar o reducir el uso compartido de equipos o limpiar equipos compartidos entre usuarios y participantes
 - Incorporar equipo de protección adicional, siempre que sea posible, para reducir aún más la propagación de partículas respiratorias o el contacto.

Ejemplos específicos de modificaciones incluyen:

- **Modificación de las reglas:** Establecer reglas para desanimar el contacto cercano siempre que sea posible.
- **Salidas escalonadas:** En actividades similares a las de una carrera en las que los jugadores suelen empezar o terminar juntos, las modificaciones pueden incluir salidas escalonadas o una distancia de seis pies entre los participantes (por ejemplo, tener corredores en cada otro carril, espaciando a los competidores en la línea de salida a seis pies de distancia).
- **Contacto deliberado:** Se podría eliminar el contacto cercano deliberado. El contacto cercano deliberado incluye, pero no se limita a, colisiones, chequeo corporal, tacleadas, bloqueos y carreras/montar en conjunto.

REOPENING RI

- Minimizar el contacto intermitente: Las situaciones de juego que resultan en un contacto físico cercano intermitente o cara a cara podrían modificarse o eliminarse, incluidos reinicios, enfrentamientos, saques de banda, bloqueo para la pelota/disco o actividades similares. Estas actividades pueden estar permitidas si se usan máscaras faciales durante el contacto (por ejemplo, los enfrentamientos podrían tener lugar con las máscaras que usa cada jugador involucrado).
- **Deportes escolares:**

La Liga Interescolar de Rhode Island (RIIL) en asociación con RIDE y RIDOH desarrollará modificaciones para los deportes de la escuela secundaria. El Estado proporcionará un enlace a las modificaciones cuando se publiquen. Se anima a todas las organizaciones deportivas a seguir las modificaciones de RIIL o cualquier modificación que el organismo rector nacional del deporte presente para limitar o disminuir el contacto físico o cara a cara cercano.
- **Disposiciones específicas sobre deportes escolares:** Lo siguiente se aplica a los deportes de la escuela secundaria, media y primaria:
 - Nada en estas pautas debe interferir con la guía de [Regreso a la Escuela RI](#); en caso de un conflicto, la guía de [Regreso a la Escuela RI](#) debe prevalecer.
 - RIDE y RIDOH pueden trabajar con los distritos escolares de Rhode Island y RIIL puede desarrollar directrices y políticas más restrictivas que las establecidas aquí para satisfacer las necesidades específicas de la comunidad. Todos los distritos escolares, independientemente de las políticas de aprendizaje a distancia o en persona, pueden ofrecer deportes de acuerdo con esta guía.
 - Las prácticas deportivas y el acondicionamiento pueden comenzar el 21 de septiembre de 2020. Las competencias para deportes de riesgo bajo y moderado pueden comenzar a principios de octubre según lo determinen RIDE, RIDOH, los distritos escolares locales y RIIL. [Los Deportes de Otoño](#) que no están permitidos potencialmente serán trasladados a una temporada especial de “Otoño 2” más adelante en el año escolar, dependiendo de los datos de transmisión de la pandemia. El DEM, RIDE, RIDOH y RIIL trabajarán para tomar esa determinación más adelante.
 - Los equipos deben seguir las disposiciones de transporte de estudiantes y autobuses en la guía [Regreso a la Escuela RI](#) cuando viajen a prácticas o juegos fuera del sitio en otras jurisdicciones.
 - No se aconseja tener espectadores, pero si se permiten, las escuelas deben asegurarse de que la conducta de éstos se adhiera a las reglas de esta guía y al límite del número total de personas en los lugares de reunión.
- **Plan y comunicación:**
 - Se exhorta a los operadores de instalaciones y organizaciones deportivas para jóvenes, adultos y escuelas a proporcionar a los participantes su plan COVID-19.
 - Se exhorta a las organizaciones a que los administradores, jugadores, personal, entrenadores, voluntarios y espectadores firmen un compromiso de que cumplirán con el plan COVID-19 de la organización.
 - Se exhorta a las organizaciones a nombrar a un voluntario para ayudar a los entrenadores a monitorear el cumplimiento de los planes COVID-19 durante las prácticas y rutinas.

REOPENING RI

Recursos: Recursos adicionales pueden encontrarse en [Guía de los CDC para deportes juveniles](#) y la [“Herramienta de Evaluación de Riesgos COVID-19 para el Retorno al Juego”](#) del Aspen Institute.

