

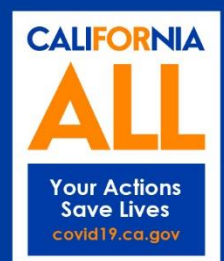


# GUÍA SOBRE COVID-19 PARA LA INDUSTRIA:

## Instituciones de Educación Superior

30 de septiembre de 2020

[covid19.ca.gov](https://covid19.ca.gov)



## RESUMEN

El objetivo de las siguientes pautas y consideraciones es ayudar a las instituciones de educación superior (institutions of higher education, IHE) y a sus comunidades a planificar y prepararse para retomar las clases presenciales.

Estas guías son provisionales. Estas pautas y consideraciones se basan en la mejor información sobre salud pública disponible en este momento, en las mejores prácticas internacionales implementadas y en las circunstancias concretas de la gestión de las operaciones. Esta guía se actualizará a medida que surjan nuevas prácticas e información. Además, estas pautas y consideraciones no reflejan la totalidad de las cuestiones que deberán abordar las instituciones de educación superior.

La implementación de esta guía como parte de una reapertura en fases dependerá de las condiciones locales, incluidas las tendencias epidemiológicas (como los nuevos casos de COVID-19 o la estabilidad o disminución de las tasas de hospitalización durante al menos 14 días), la disponibilidad de instituciones de educación superior y recursos comunitarios de pruebas de detección, la preparación adecuada de las instituciones de educación superior y la capacidad de la salud pública para responder a las investigaciones de casos y brotes. Todas las decisiones relativas a la implementación de esta guía deben tomarse junto con funcionarios locales de salud pública y otras autoridades.

La implementación de esta guía debe adaptarse a cada entorno, lo que incluye analizar adecuadamente los programas que funcionan en cada institución y las necesidades de los estudiantes y los trabajadores. Los administradores deben hacer participar a los interesados pertinentes (incluidos los estudiantes, sus familias, el personal y los colaboradores de la comunidad escolar) en la formulación e implementación de los planes.

Esta guía no pretende revocar ni derogar ningún derecho de los trabajadores, ya sean estatutarios, regulatorios u obtenidos a través de un convenio colectivo, y no es exhaustiva, ya que no incluye órdenes de salud pública local, ni reemplaza a ningún requisito regulatorio existente relacionado con la salud y la seguridad como aquellos de la División de Seguridad y Salud Ocupacional de California (California Occupational Safety and Health Administration, Cal/OSHA). Las instituciones de educación superior deben estar al día con los cambios a la guía sobre salud pública y a las órdenes estatales/locales a medida que la situación de la COVID-19 evoluciona.<sup>1</sup> En particular:

- Para proteger a los trabajadores, Cal/OSHA cuenta con una guía más completa sobre las [Pautas generales provisionales de Cal/OSHA para proteger a los trabajadores de la COVID-19 en su página web](#).
- El Departamento de Salud Pública de California y Cal/OSHA tienen otras guías importantes para las instituciones de educación superior que comprenden, entre otras, [los gimnasios](#), [los comercios minoristas](#) y [el cuidado infantil](#).

Por último, a medida que se implemente esta guía, las instituciones deben evaluar y mitigar los problemas de equidad y acceso que puedan surgir al retomar las clases presenciales.

## Uso obligatorio de mascarillas

El 18 de junio, el CDPH publicó la [Guía para el uso de mascarillas](#), que requiere ampliamente el uso de mascarillas tanto para miembros del público como para trabajadores en todos los entornos públicos y los lugares de trabajo en donde existe un alto riesgo de exposición.

Las personas de California deben utilizar mascarillas cuando se encuentran en las situaciones de alto riesgo que se enumeran a continuación:

- Al estar en un espacio público cerrado o en la fila para ingresar a dicho espacio;<sup>2</sup>
- Al recibir servicios del sector de la salud en entornos que incluyen, entre otros, hospitales, farmacias, clínicas, laboratorios, consultorios médicos u odontológicos, clínicas veterinarias, o bancos de sangre;<sup>3</sup>
- Mientras esperan o viajan en transporte público o paratransito, o dentro de un taxi, un servicio de automóvil privado o un vehículo de viaje compartido;
- Mientras trabajan, ya sea en el lugar de trabajo o cuando realizan actividades laborales fuera del lugar de trabajo, en los siguientes casos:
  - Cuando interactúan en persona con cualquier miembro del público;
  - Cuando trabajan en un espacio que visitan los miembros del público, independientemente de que haya alguien presente en el momento;
  - Cuando trabajan en un espacio donde se preparan o empaacan alimentos para la venta o la distribución;
  - Cuando trabajan o caminan por áreas comunes, como pasillos, escaleras, ascensores y estacionamientos;
  - En cualquier sala o área cerrada donde haya otras personas presentes (excepto los miembros de la unidad familiar o de la residencia de esa persona), cuando no es posible mantener distancia física;
  - Cuando conducen u operan cualquier tipo de transporte público o transporte de personas con discapacidades, taxi o servicio de automóviles privados o vehículo de viajes compartidos, mientras haya pasajeros presentes. Se recomienda enfáticamente el uso de mascarillas cuando no hay pasajeros presentes.
- Cuando se encuentran en espacios públicos en los que no es posible mantener una distancia física de seis pies con otras personas.

El documento de la guía del CDPH también identifica a las personas que están exentas del uso de una mascarilla como, entre otras, las personas que tienen un problema de salud, una enfermedad de salud mental o una discapacidad que les impide utilizar una mascarilla, y las personas con deficiencia auditiva o que se comunican con personas con deficiencia auditiva, ya que la capacidad de ver la boca es fundamental para la comunicación.

Los detalles completos, incluidos todos los requisitos y las excepciones a estas reglas, pueden encontrarse en la [guía](#). Se recomienda enfáticamente el uso de mascarillas en otras circunstancias, y los empleadores pueden implementar requisitos adicionales de protección facial para cumplir su obligación de brindar a los trabajadores un lugar de trabajo seguro y saludable. Los empleadores deben proporcionar mascarillas a los trabajadores o reembolsar a los trabajadores el costo razonable de obtenerlas.

Los empleadores deben desarrollar una política de adaptación para los trabajadores que cumplan una de las excepciones para el uso de mascarilla. Si un trabajador que debería utilizar una mascarilla debido al contacto frecuente con otras personas no puede hacerlo debido a una afección médica, se le debe proporcionar una alternativa no restrictiva, como un protector facial plástico con tela en la parte inferior, si es posible y si la afección médica lo permite.

Los negocios que están abiertos al público deben ser conscientes de las excepciones a utilizar mascarillas en la [Guía para el uso de mascarillas del CDPH](#) y no deben excluir a ningún miembro del público por no usar una mascarilla si esa persona está cumpliendo con la [guía](#). Los negocios deberán elaborar políticas para manejar estas excepciones entre los compradores, clientes, visitantes y trabajadores.

Las instituciones de educación superior deben exigir y reforzar el uso de mascarillas entre los estudiantes de conformidad con los requisitos para los trabajadores y el público en general, incluidas las excepciones al requisito para las personas con un problema de salud, una enfermedad de salud mental o una discapacidad que impida el uso de mascarillas, y para las personas con deficiencia auditiva o que se comunican con personas con deficiencia auditiva. En las clases presenciales, los instructores que mantengan una distancia de seis pies o más pueden utilizar un protector facial plástico con tela en la parte inferior.

La Oficina de Servicios de Emergencia del Gobernador de California (California Governor's Office of Emergency Services, CalOES) y el Departamento de Salud Pública (CDPH) están trabajando para apoyar la adquisición y distribución de mascarillas. Puede encontrar información adicional [aquí](#).

Se identificaron las siguientes áreas como cuestiones generales que deben abordarse en la planificación de la repoblación de los campus.



# 1. Plan de prevención de la COVID-19

- Establezca un plan de prevención escrito para la COVID-19 específico del campus, realice una evaluación integral de los riesgos de todas las áreas de trabajo, tareas de trabajo e interacciones entre los estudiantes, y designe a una persona en cada campus para implementar el plan. Todas las decisiones sobre los planes específicos para las instituciones de educación superior deben realizarse en colaboración con los entes locales de salud pública y otras autoridades.
  - Incorpore la [guía para el uso de mascarillas del CDPH](#) al Plan específico del lugar de trabajo, que incluye una política para el manejo de las excepciones.
- Identifique la información de contacto para el departamento de salud local en donde se encuentra el establecimiento para comunicar información sobre los brotes de COVID-19 entre los estudiantes y trabajadores.
- Capacite y comunique el plan a los trabajadores y a los estudiantes. Ponga el plan a disposición de los trabajadores y sus representantes.
- Evalúe con regularidad el establecimiento para verificar el cumplimiento del plan, y documente y corrija las deficiencias identificadas.
- Investigue todos los casos de COVID-19 y determine si algún factor relacionado con la institución, el campus o las actividades puede haber contribuido al riesgo de infección. Actualice el plan según sea necesario para evitar más casos.
- Implemente los procesos y protocolos cuando haya un brote en un lugar de trabajo, de acuerdo con las [guías del CDPH](#).
- Identifique los contactos cercanos (a menos de seis pies durante 15 minutos o más) de un trabajador o un estudiante infectado y tome medidas para aislar a los trabajadores con resultado positivo para COVID-19 y establezca la cuarentena de sus contactos cercanos.
- Cumpla las siguientes pautas. El incumplimiento podría producir enfermedades en el lugar de trabajo que podrían requerir el cierre o la limitación temporal de las operaciones.
- Asegúrese de que los proveedores, contratistas independientes y otras personas que prestan servicios en el establecimiento conozcan estas pautas, tengan o reciban sus propios suministros y equipos de protección personal y cumplan estas pautas.



## 2. Medidas generales

- Establezca y mantenga una comunicación continua con las autoridades locales y estatales para determinar los niveles actuales de la enfermedad y las medidas de control en su comunidad. Por ejemplo:
  - Consulte el sitio web del departamento de salud local, o hable con el funcionario de salud pública local o el personal designado, que son los que están mejor posicionados para controlar y dar consejos sobre las circunstancias y las directrices de salud pública locales. Puede encontrar un directorio [aquí](#).
  - Revise con frecuencia la última información y las guías de las agencias estatales, incluido el [Departamento de Salud Pública de California](#) y [Cal/OSHA](#).
- Limite, en la mayor medida en que lo permita la ley, el ingreso de miembros externos de la comunidad a las instalaciones y el uso de los recursos del campus, ya que la cantidad de personas adicionales en las instalaciones o la interacción con estudiantes, profesores y personal aumenta el riesgo de transmisión del virus.
- Elabore un plan en caso de que se cierren en reiteradas ocasiones las clases, los grupos o el establecimiento entero si personas relacionadas con el establecimiento o de la comunidad se contagian de COVID-19. Consulte la sección 10 más adelante.



## 3. Promueva prácticas de higiene saludables

- Promueva y refuerce entre los estudiantes y el personal los hábitos de [lavarse las manos](#), evitar [el contacto con los ojos, la nariz y la boca](#) y [cubrirse al estornudar o al toser](#).
  - Recomiende a los estudiantes, profesores y personal que se laven las manos frecuentemente con jabón durante 20 segundos, frotándolas bien. El uso de jabón "antibacteriano" no es necesario ni está recomendado.
  - Aconseje a los estudiantes, profesores y personal que se cubran con un pañuelo al toser y estornudar o que usen la parte interior del codo. Los pañuelos usados se deben tirar a la basura, y hay que lavarse las manos inmediatamente con agua y jabón durante al menos 20 segundos.
  - Las estudiantes y el personal deben utilizar desinfectante para manos cuando no sea posible lavarse las manos. El desinfectante se debe frotar en las manos hasta que esté completamente seco.

- De acuerdo con las [recomendaciones de la FDA](#), no utilice ningún desinfectante para manos que pueda contener alcohol metílico. El alcohol metílico es peligroso tanto para niños como para adultos.
- Asegúrese de contar con suministros para apoyar los hábitos de [higiene saludable](#), incluidas estaciones de saneamiento, jabón, desinfectante para manos con al menos 60 % de alcohol etílico, toallitas de papel, pañuelos, toallitas desinfectantes y botes de basura sin contacto o con pedal.
- Exija o recomiende encarecidamente que todos los estudiantes y el personal se vacunen cada otoño contra la gripe, a menos que esté contraindicado por problemas médicos personales, para ayudar a lo siguiente:
  - Proteger a la comunidad del campus
  - Disminuir la demanda en los centros de salud
  - Disminuir las enfermedades que no pueden distinguirse de la COVID-19 y que, por lo tanto, darían lugar a la adopción de medidas exhaustivas por parte de la institución de educación superior y las autoridades de salud pública.
- Coloque [carteles](#) en lugares bien visibles (p. ej., entradas del establecimiento, baños, comedor) que [promuevan medidas de protección diarias](#) y describan cómo [detener la propagación](#) de los gérmenes (como [lavarse las manos de forma adecuada](#), [mantener distanciamiento físico](#) y [utilizar una mascarilla de tela de forma correcta](#)).
- Incluya mensajes (por ejemplo, [videos](#)) sobre conductas que previenen la propagación de la COVID-19 en las comunicaciones con los profesores, el personal y los estudiantes (por ejemplo, en el sitio web de la institución de educación superior, en los correos electrónicos y en las [redes sociales](#) de la institución de educación superior) de conformidad con la [Ley Clery](#).



## 4. Intensifique la limpieza, la desinfección y la ventilación



### Limpieza y desinfección

---

- Tal como se describe a continuación, limpie y desinfecte las superficies de alto contacto (p. ej., picaportes, interruptores de luz, grifos, bebederos, barras de seguridad, barandillas, baños, mesas del comedor,



botones del ascensor) dentro de las instalaciones de la institución de educación superior a lo largo del día.

- Siempre que sea posible, limite el uso de objetos compartidos (p. ej., elementos de laboratorio, computadora, escritorios) o desinfecte dichos objetos después de cada uso. Si la institución de educación superior utiliza vehículos de transporte (p. ej., autobuses), los conductores deberán poner en práctica todas las medidas y protocolos de seguridad que se indican para el resto del personal (p. ej., la higiene de las manos, el uso de mascarillas de tela). Para limpiar y desinfectar los autobuses, las furgonetas u otros vehículos de la institución de educación superior, consulte las guías para los [operadores de autobuses para transporte](#). A los conductores se les deben proporcionar toallitas desinfectantes y guantes desechables para facilitar la desinfección de las superficies de alto contacto durante el día.
- Elabore un programa de limpieza y desinfección de rutina que permita evitar tanto el uso excesivo como insuficiente de productos de limpieza.
- Asegúrese de que haya una ventilación adecuada durante la limpieza y la desinfección. Permita el ingreso de aire fresco exterior en la mayor medida posible, por ejemplo, abriendo las ventanas cuando sea posible.
- Programe la limpieza solo cuando los ocupantes no estén presentes; ventile completamente el espacio antes de que la gente regrese. Si la superficie o el objeto están visiblemente sucios, comience con agua y jabón o un producto de limpieza multiusos y seguro para el asma certificado por el [programa Safer Choice](#) de la Agencia de Protección del Medio Ambiente de Estados Unidos (EPA).
- Elija productos desinfectantes aprobados para su uso contra el virus que provoca la COVID-19 de la [lista "N" aprobada por la EPA](#).
  - A fin de [reducir el riesgo de asma](#) y otros efectos en la salud relacionados con la desinfección, los programas deben tener el fin de [seleccionar productos desinfectantes de la lista "N" con ingredientes seguros para el asma](#) (peróxido de hidrógeno, ácido cítrico o ácido láctico).
  - Evite productos que contienen ácido peroxiacético (peracético), hipoclorito de sodio (lejía) o compuestos de amoníaco cuaternario, que pueden causar asma.
  - Siga las instrucciones de la etiqueta del producto desinfectante para conocer las proporciones de dilución y los tiempos de contacto adecuados. Brinde capacitación a los trabajadores sobre [los riesgos](#) asociados con el producto, las instrucciones del fabricante, los requisitos de ventilación y los requisitos de Cal/OSHA para el uso seguro.



- Use los desinfectantes de acuerdo con las [instrucciones](#) del [Departamento de Reglamentación de Pesticidas de California](#).
- El personal de seguridad y otros trabajadores que limpian y desinfectan el campus deben disponer del equipo de protección adecuado, incluidos guantes de protección, protección ocular, protección respiratoria y otros equipos de protección adecuados según las instrucciones del producto.
- Establezca un programa de limpieza y desinfección para evitar el uso excesivo o insuficiente de productos de limpieza.
- Recomiende a los estudiantes, profesores y personal que mantengan limpios sus objetos personales (p. ej., teléfonos móviles, otros dispositivos electrónicos) y los espacios de trabajo y de vida personales. Incentive a los estudiantes, profesores y personal a utilizar toallitas desinfectantes para limpiar los escritorios compartidos, los materiales de laboratorio y otros objetos y superficies compartidos antes de usarlos.



## Ventilación

---

- Permita el ingreso de aire fresco exterior en la mayor medida posible:
  - Abra las ventanas cuando sea posible; lo ideal es abrir dos o más ventanas en lados opuestos de la sala para inducir una buena ventilación natural. Además de abrir las ventanas, o cuando abrir las ventanas plantea un riesgo para la seguridad o la salud (p. ej., al permitir el ingreso de gases de escape de camiones o polen) de los ocupantes de las instalaciones, utilice acondicionadores de aire o sopladores en la configuración "aire fresco" y filtros de partículas de aire de alta eficiencia (high-efficiency particulate air, HEPA) en la sala.
  - En el caso de los establecimientos con ventilación mecánica, aumente la ventilación del aire exterior desactivando la ventilación controlada en función de la demanda y abriendo los reguladores de aire exterior al 100 % o en la mayor medida posible según lo permitan las condiciones interiores y exteriores.
  - Los sistemas de ventilación mecánica de los establecimientos deben funcionar de forma continua cuando hay personas en el establecimiento.
  - Mejore la filtración de la ventilación mecánica del establecimiento con un filtro MERV-13 o el nivel más alto posible.
  - Si es posible, agregue limpiadores de aire portátiles con filtros HEPA, teniendo en cuenta el espacio interior cubierto por los limpiadores de aire portátiles recomendado.

- Para obtener más información, [consulte las recomendaciones de la Sociedad Americana de Ingenieros de Calefacción, Refrigeración y Aire Acondicionado \(ASHRAE\) para la reapertura de las escuelas.](#)



## Desinfección de los sistemas de agua

---

- [Tome medidas](#) para garantizar que todos los sistemas de agua y los accesorios (por ejemplo, bebederos y fuentes decorativas) sean seguros después de un cierre prolongado de las instalaciones para minimizar el riesgo de padecer la [enfermedad del legionario](#) y otras enfermedades asociadas con el agua.
- El uso de bebederos está prohibido. Se recomienda a los profesores, estudiantes y personal que lleven su propia agua y que utilicen las estaciones de recarga de agua para las botellas personales cuando estén disponibles. Las estaciones de recarga de agua deben limpiarse y desinfectarse con frecuencia. Coloque carteles en las estaciones de recarga que recomienden a los usuarios lavarse o desinfectarse las manos después de recargar agua.



## 5. Implemente el distanciamiento en el campus



### Distribución modificada

---

**ADVERTENCIA:** La distancia física no es suficiente para prevenir la transmisión de COVID-19 en interiores. También deben implementarse otras medidas analizadas en esta guía, como mascarillas y mayor ventilación, además de la distancia física para reducir los riesgos de transmisión.

- Separe las sillas o los escritorios, al menos, a seis pies. Dicte clases en grupos más pequeños y en salas más grandes.
- Las clases presenciales están permitidas según el nivel del país.
  - **Violeta – Generalizado – Nivel 1:** Clases prohibidas.
  - **Rojo – Significativo – Nivel 2:** Se permiten las clases pero deben limitarse al 25 % de la capacidad, o a 100 personas, lo que sea menor, con adaptaciones.
  - **Naranja – Moderado – Nivel 3:** Se permiten las clases pero deben limitarse al 50 % de la capacidad, o a 200 personas, lo que sea menor, con adaptaciones.
  - **Amarillo – Mínimo – Nivel 4:** Se permiten las clases pero deben limitarse al 50 % de la capacidad, con adaptaciones.

- Considere la posibilidad de utilizar un espacio que no sea el aula para las clases, incluido el uso regular del espacio exterior, si el clima lo permite.
- Cuando sea práctico, ofrezca aprendizaje sincrónico a distancia además de clases presenciales para ayudar a reducir la cantidad de asistentes presenciales.
- Garantice una distancia adecuada entre las personas que participan en las oportunidades de aprendizaje práctico (p. ej., laboratorios, actividades de desarrollo de aptitudes profesionales).
- Aumente la [distancia](#) entre los estudiantes en los vehículos de la institución de educación superior (p. ej., deje una fila de asientos libres de por medio) siempre que sea posible y asegúrese de que se usen mascarillas. Permita el ingreso de aire fresco exterior abriendo las ventanillas cuando sea posible o a través del sistema de ventilación del vehículo.
- Considere la posibilidad de rediseñar las actividades para grupos más pequeños y reorganizar los espacios para mantener la separación.

### **Barreras físicas y guías**

---

- Instale barreras físicas impermeables, como divisiones y protectores contra estornudos, especialmente en las zonas en las que es difícil que las personas se mantengan a una distancia mínima de seis pies (p. ej., en las cajas registradoras).
- Proporcione guías y señales físicas, como cinta adhesiva en los pisos o las aceras y carteles en las paredes, para asegurarse de que las personas mantengan una distancia mínima de seis pies en las filas y en otros momentos.
- Considere la posibilidad de designar rutas de entrada y salida y de utilizar tantas entradas como sea posible. Ponga en marcha otros protocolos para limitar el contacto directo con otras personas tanto como sea posible.
- Mantenga o amplíe los procedimientos de entrega de tareas que minimizan el contacto.

### **Espacios comunes**

---

- Limite, en la mayor medida en que lo permita la ley, el acceso de visitantes o voluntarios no esenciales al campus. En este momento, no se permiten las actividades presenciales ni las reuniones en las que participen grupos u organizaciones externas, especialmente con

personas que no sean de la zona geográfica local (p. ej., la comunidad, el pueblo, la ciudad o el condado).

- Cierre los espacios compartidos no esenciales, como salas de juego y salas de estar; en el caso de los espacios compartidos esenciales, escalone el uso y restrinja la cantidad de personas que pueden entrar a la vez para asegurarse de que todos puedan estar al menos a seis pies de distancia, y [limpie y desinfecte](#) el espacio después de cada uso. Implemente sistemas para hacer cumplir esto.
- Organice los espacios de estudio disponibles para favorecer el estudio individual, de modo que los estudiantes estén sentados al menos a seis pies de distancia, e instale barreras físicas cuando sea posible. Dichos espacios deben limitar la ocupación al 25 % de la capacidad de la sala o a 100 personas, lo que sea menor.
- Agregue barreras físicas, como pantallas plásticas flexibles entre los lavabos del baño, especialmente cuando no pueden estar al menos a seis pies de distancia. Cuando los lavabos están a menos de seis pies de distancia, inhabilite un lavabo de por medio para crear más distancia.
- Recomiende a los estudiantes que utilicen siempre el mismo baño y las mismas duchas para contener cualquier posible transmisión dentro de ese grupo.

## Gimnasios y piscinas

---

- Consulte la guía sobre gimnasios y piscinas en el [sitio web de la hoja de ruta para una economía más segura](#).
- Como se menciona en la guía sobre los deportes universitarios, las instalaciones deportivas deben limitar la ocupación al personal esencial, como los jugadores, entrenadores, preparadores, etcétera.

## Servicio de alimentos y comedores

---

- Ofrezca opciones de comida para llevar. Si se suele utilizar un comedor, sirva comidas individuales (en vez de un servicio de bufé o cualquier estación de autoservicio) en caso de que sea posible.
- Use artículos de servicio de alimentos desechables (p. ej., utensilios, platos). Si no es posible utilizar artículos desechables o no se desea hacerlo, asegúrese de que todos los artículos no desechables para el servicio de alimentos se manipulen con guantes y se laven con detergente para vajilla y agua caliente o en un lavavajillas. Las personas deben [lavarse las manos](#) antes de colocarse y después de

quitarse los guantes y después de manipular de forma directa artículos del servicio de alimentos.

- Si se ofrece comida en algún evento, tenga cajas o bolsas previamente envasadas para cada asistente en lugar de un bufé o de una comida tipo familiar en la que se colocan platos con comida en las mesas. Evite que se compartan los alimentos y los utensilios y tenga en cuenta la [seguridad de las personas con alergias alimentarias](#).
- Los patios de comidas deben seguir las guías pertinentes de acuerdo con las autorizaciones de reapertura del funcionario de salud local del establecimiento, de la siguiente manera:
  - **Violeta – Generalizado – Nivel 1:** Se permiten las operaciones al aire libre (envío/retiro) con adaptaciones.
  - **Rojo – Significativo – Nivel 2:** Se permiten las cenas en interiores pero deben limitarse al 25 % de la capacidad, o 100 personas, lo que sea menor, con adaptaciones.
  - **Naranja – Moderado – Nivel 3:** Se permiten las cenas en interiores pero deben limitarse al 50 % de la capacidad, o 200 personas, lo que sea menor, con adaptaciones.
  - **Amarillo – Mínimo – Nivel 4:** Se permiten las cenas en interiores con el 50 % de la capacidad, con adaptaciones.
- Siga la guía adicional en el [sitio web de la hoja de ruta para una economía más segura](#) para consultar servicios adicionales del campus como [librerías](#), [bibliotecas](#), [guarderías](#), patios de comidas, etc.



## 6. Limite los intercambios

- Evite el intercambio de artículos que sean difíciles de [limpiar o desinfectar](#), como se describe anteriormente.
- Asegure los suministros adecuados para minimizar el intercambio de materiales de alto contacto en la medida de lo posible (por ejemplo, asigne a cada estudiante sus propios suministros de arte, equipo de laboratorio, computadoras) o limite el uso de los suministros y el equipo a un grupo de estudiantes a la vez y [limpie o desinfecte](#) entre los usos, como se describe anteriormente.
- Evite compartir dispositivos electrónicos, libros, bolígrafos y otros medios de aprendizaje.



## 7. Viviendas bajo la autoridad de la IHE

- Revise las pautas para la actividad dentro del campus en otras partes de este documento y la [guía de los CDC para la COVID-19 en viviendas compartidas o congregacionales](#) en relación con:
  - La IHE debería evaluar y mitigar cualquier problema de equidad y acceso al dar prioridad a las viviendas limitadas para estudiantes y profesores.
  - Recordatorios frecuentes sobre la prevención de la COVID-19, incluida la higiene adecuada de las manos (verbalmente, carteles, vídeos) con desinfectante para manos de fácil obtención en las zonas y habitaciones comunes.
  - Limpie y desinfecte las áreas comunes y superficies de alto contacto durante todo el día, de acuerdo con la Sección 3.
  - Exija el uso de mascarillas y distancia física en las zonas comunes.
  - Capacite sobre las medidas de salud pública y los signos y síntomas de la COVID-19 para todos los profesionales, directores de la residencia de egresados, asesores residentes (RA) y otros en funciones similares residentes.
  - No se realizarán eventos o actividades sociales, según las órdenes actuales de los funcionarios locales y estatales de salud.
  - Redistribuya los asientos en las áreas comunes para permitir un distanciamiento físico adecuado.
- Es difícil mantener el distanciamiento físico en las viviendas del campus, e incluso las pautas modificadas pueden ser difíciles de lograr. Sin embargo, se debe hacer todo lo posible por reducir el riesgo de exposición en las viviendas del campus mediante la reducción del uso, entre otras cosas:
  - Establezca el uso permitido y elaboración de planes para vigilar y hacer cumplir.
  - Dé prioridad al uso de habitaciones individuales siempre que sea posible, excepto en el caso de las viviendas familiares. Esto puede ser factible si la universidad tiene un número limitado de estudiantes en el campus para la instrucción presencial. Si debe haber dos estudiantes por habitación, asegúrese de que haya al menos seis pies de distancia entre las camas, y solicite que los estudiantes duerman en direcciones opuestas (de la cabeza a los pies).

- Minimice la cantidad de residentes por baño. Si se utilizan baños compartidos, separe los tiempos de uso en la mayor medida posible y aumente la frecuencia de limpieza.
- Restrinja el acceso al edificio a los no residentes, incluyendo a los huéspedes externos, al personal no residente y a otros. Es posible que estas restricciones no se apliquen a algunas personas, como los asistentes personales de los estudiantes con discapacidad.



## 8. Capacite al personal y a los estudiantes

- Proporcione una capacitación efectiva a los profesores, el personal y los estudiantes sobre la prevención de la COVID-19, que incluya lo siguiente:
  - Información sobre la [COVID-19](#), cómo evitar que se propague, y qué afecciones médicas preexistentes pueden hacer que los individuos sean más propensos a contraer el virus.
  - El plan de prevención de COVID-19 de las instalaciones.
  - Autoevaluación en la casa, lo que incluye controles de temperatura o de síntomas con las [pautas de los CDC](#).
  - Buscar atención médica si los síntomas se vuelven graves, lo que incluye dolor persistente o presión en el pecho, confusión o labios o rostro azulados. La [página web de los CDC](#) cuenta con más detalles y actualizaciones.
  - Mejores prácticas de desinfección
  - Pautas de distanciamiento físico
  - Uso de EPP y [uso, retiro y lavado adecuado de mascarillas de tela](#), incluido:
    - Las mascarillas no son equipos de protección personal (EPP).
    - Las mascarillas pueden ayudar a prevenir la exposición de las personas cercanas y de la persona que las utiliza, pero no reemplazan la necesidad de distanciamiento físico y lavado de manos frecuente.
    - Las mascarillas deben cubrir la nariz y la boca.
    - Las manos deben lavarse o desinfectarse antes y después de utilizar o ajustar las mascarillas.
    - Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
    - Las mascarillas no deben compartirse y deben lavarse o desecharse después de cada uso.



- La información incluida en la [Guía para el uso de mascarillas del CDPH](#), que indica las circunstancias en las que se deben utilizar las mascarillas y sus excepciones, así como las políticas, reglas laborales y prácticas que la IHE haya adoptado para garantizar el uso de las mascarillas. La capacitación también debe incluir las políticas de la IHE sobre cómo se manejarán las excepciones para el uso de mascarillas.
- Información sobre los beneficios de licencias remuneradas que posiblemente el trabajador pueda recibir para que sea más fácil quedarse en casa en términos económicos. Consulte la información adicional en [los programas gubernamentales de licencias por enfermedad remuneradas para COVID-19](#), incluidos los derechos de licencias por enfermedad remuneradas para trabajadores según la [Ley de Respuesta al Coronavirus para las Familias](#).
- La importancia de no ir a trabajar o asistir a clase:
  - Si un trabajador o estudiante tiene síntomas de COVID-19 según [describen los CDC](#), como fiebre o escalofríos, tos, dificultad para respirar o falta de aire, fatiga, dolor muscular o corporal, dolor de cabeza, pérdida reciente del gusto o del olfato, dolor de garganta, congestión o secreciones nasales, náuseas, vómitos o diarrea.
  - Si un trabajador o estudiante recibió un diagnóstico de COVID-19 y todavía no se le ha permitido salir del aislamiento.
  - Si, dentro de los últimos 14 días, un trabajador o estudiante ha estado en contacto con alguien a quien se le ha diagnosticado COVID-19 y a quien se considera potencialmente infeccioso (es decir, sigue aislado).
- Regresar al trabajo o a clases después de que un trabajador o un estudiante recibe un diagnóstico de COVID-19 únicamente si pasaron 10 días desde que aparecieron los síntomas por primera vez, los síntomas mejoraron y el trabajador o el estudiante no presenta fiebre (sin uso de antipiréticos) en las últimas 24 horas. Un trabajador o un estudiante sin síntomas al que se le diagnosticó COVID-19 puede regresar a trabajar o a clases solo si han pasado 10 días desde la fecha de la primera prueba de COVID-19 positiva.
- Asegúrese de que todos los contratistas independientes, los trabajadores temporales o contratados, y voluntarios también sean debidamente informados acerca de las políticas de prevención de COVID-19 del campus y cuenten con los suministros y EPP necesarios. Alerta a las organizaciones que proporcionan trabajadores temporales o por contrato con anticipación de estas responsabilidades, y asegúrese de que los trabajadores cuenten con capacitación.

- Considere la posibilidad de llevar a cabo la capacitación de manera virtual o, de ser presencial, asegúrese de que se mantenga [un distanciamiento físico de 6 pies](#).



## 9. Controle los signos y síntomas

- Los síntomas de COVID-19, como [lo describen los CDC](#), incluyen:
  - Fiebre o escalofríos
  - Tos
  - Falta de aliento o dificultad para respirar
  - Fatiga
  - Dolores musculares o corporales
  - Dolor de cabeza
  - Nueva pérdida del gusto y olfato
  - Dolor de garganta
  - Congestión o secreción nasal
  - Náuseas o vómitos
  - Diarrea
- Si es posible, realice evaluaciones de salud diarias o pida a los profesores, personal y estudiantes que realicen autocontroles (por ejemplo, control de la temperatura y [los síntomas](#)).
- Los controles de salud deben realizarse de manera segura, de acuerdo con las recomendaciones de distanciamiento físico, de manera respetuosa, y de conformidad con las leyes y reglamentos federales o estatales aplicables en materia de privacidad y confidencialidad. Los administradores de la IHE pueden utilizar ejemplos de métodos de evaluación que se encuentran en las [preguntas frecuentes generales para empresas](#) de los CDC.



## 10. Plan para cuando un miembro del personal, estudiante o visitante se enferme



### Recomiende a las personas enfermas los criterios de aislamiento en casa

---

- Recuerde al personal y a los estudiantes que están enfermos o que han tenido recientemente [contacto cercano](#) con una persona con COVID-19 que se quede en casa o, si viven en una vivienda del campus, que sigan los procedimientos de [aislamiento](#).
- En caso de lesiones o enfermedades graves, llame al 9-1-1 sin demora.
- Los profesores, personal o estudiantes enfermos no deben volver a las clases presenciales o a las instalaciones de la IHE, o terminar el aislamiento hasta que hayan cumplido con los [criterios de los CDC para detener el aislamiento en casa](#). Desarrolle un plan para proveer servicios incluyendo comida y cuidado de la salud a los estudiantes que viven en el campus y que son diagnosticados con o tienen síntomas de COVID-19.
- Desarrolle políticas que alienten y le recuerden al personal y a los estudiantes enfermos permanecer en casa sin temor a represalias y asegúrese de que el personal y los estudiantes estén al tanto de estas políticas.



### Aísle y transporte a los enfermos

---

- Asegúrese de que los profesores, el personal y los estudiantes sepan que no deben acudir a la IHE si se sienten enfermos, y que deben notificar a los funcionarios de la universidad (por ejemplo, el punto de contacto designado para la COVID-19 por la IHE) si se enferman con [síntomas](#) de COVID-19, dan positivo en la prueba de COVID-19, o han estado [expuestos](#) a alguien con síntomas de COVID-19 o un caso confirmado.
- Separe inmediatamente los profesores, el personal y los estudiantes con [síntomas](#) de COVID-19 (como se indica más arriba). Las personas que están enfermas deben:
  - utilizar una máscara o una mascarilla,
  - ir a casa o, si viven en una vivienda del campus, seguir los procedimientos de aislamiento, o ir a un centro de atención médica local o del campus, dependiendo de la gravedad de sus síntomas, y

- seguir la [Guía de los CDC para el cuidado de uno mismo y de los demás](#) que están enfermos. La IHE puede seguir la [guía de los CDC para viviendas compartidas o congregacionales](#) para aquellos que viven en viviendas de la IHE.
- Trabaje con los administradores de la IHE y los proveedores de atención médica para identificar un aula, área o edificio/piso de aislamiento (para viviendas en el campus) para separar a cualquier persona que tenga síntomas de COVID-19 o que dé positivo pero que no tenga síntomas. Los proveedores de atención médica de la IHE deben ser protegidos de acuerdo con el [Título 8, Sección 5199](#) cuando se atiende a personas enfermas. Consulte: [La Guía de enfermedades transmisibles por vía aérea de California](#).
- Establezca procedimientos para transportar de forma segura a cualquier persona que esté enferma a su casa o a un centro de atención médica en cumplimiento del Título 8, Sección 5199. Si llama a una ambulancia o lleva a alguien al hospital, llame primero para avisarles que la persona puede tener COVID-19.



## Servicios de Salud Estudiantil Afiliados a la IHE

---

- Consulte la guía detallada de los [CDC](#) y [Cal/OSHA](#) sobre seguridad.
  - proporcione servicios de atención de la salud a las personas con síntomas de COVID-19 y
  - proteja al personal y a los estudiantes de COVID-19 mientras reciben atención.



## Limpie y desinfecte

---

- Cierre las áreas utilizadas por una persona enferma y no las utilice hasta después de limpiar y desinfectar, como se describe anteriormente.
- Espere al menos 24 horas antes de limpiar y desinfectar. Si no es posible esperar 24 horas, espere tanto como sea posible. Asegúrese de llevar a cabo una [aplicación segura y correcta](#) de los desinfectantes con el personal [capacitado](#) con el equipo de protección personal y la ventilación recomendada para la limpieza, como se describe anteriormente. Mantenga los productos desinfectantes lejos de los niños. Considere la posibilidad de recurrir a servicios de limpieza de terceros especializados en la descontaminación de áreas infectadas.



## Notifique a los funcionarios de salud y contactos cercanos

---

- Notifique inmediatamente a los funcionarios de salud locales y a los miembros correspondientes de la comunidad universitaria sobre cualquier caso positivo de COVID-19, manteniendo la confidencialidad que exigen las leyes estatales y federales, incluidas la FERPA y la ADA. Puede encontrar guía adicional [aquí](#).
- Informe a los que hayan tenido [contacto cercano](#) con una persona diagnosticada con COVID-19 para que se queden en casa o en sus habitaciones y [autoevalúen los síntomas](#), y sigan [la guía de los CDC](#) si se desarrollan los síntomas.
- Documente/rastree los incidentes de posible exposición y notifique inmediatamente a los funcionarios locales de salud, al personal correspondiente y a las familias de cualquier posible caso de COVID-19, manteniendo la confidencialidad, tal como lo exige la FERPA y la ley estatal relacionada con la privacidad de los registros educativos. Puede encontrar guía adicional [aquí](#). El personal de enlace puede desempeñar un papel de coordinación para asegurar una notificación rápida y responsable.
- Indíqueles al personal y a los estudiantes que estén enfermos que no regresen hasta satisfacer los criterios de los CDC para poner fin al [aislamiento en el hogar](#), que incluyen 24 horas sin fiebre, mejora de los síntomas y el transcurso de 10 días desde la aparición de síntomas.
- Asegúrese de prevenir la discriminación contra los estudiantes y el personal diagnosticados con COVID-19.



## 11. Mantenga operaciones saludables



### Protección para personas con mayor riesgo de padecer enfermedades graves por COVID-19

---

- Ofrezca opciones para los profesores y el personal con [mayor riesgo de enfermedades graves](#) (incluidos los adultos mayores y las personas de todas las edades con ciertas condiciones médicas subyacentes) que limitan su riesgo de exposición (por ejemplo, el teletrabajo, la entrega de cursos a distancia y las responsabilidades laborales modificadas).
- Ofrezca opciones para los estudiantes con [mayor riesgo de enfermedad grave](#) que limiten su riesgo de exposición (por ejemplo, oportunidades de aprendizaje virtual).

- Proporcione a todo el personal oportunidades de teletrabajo, y a los estudiantes, oportunidades de aprendizaje virtual, estudio independiente y otras opciones, siempre que sea posible, para minimizar el riesgo de transmisión.



## Concientización sobre las normas

---

- Esté al tanto de las políticas actuales de los organismos normativos estatales o locales relacionadas con las reuniones de grupos para determinar si se pueden realizar eventos.



## Actividades

---

- Para actividades específicas de los estudiantes de la IHE, busque eventos de grupos virtuales, reuniones o encuentros, si es posible. Las reuniones presenciales deben cumplir las siguientes pautas:
  - **Violeta – Generalizado – Nivel 1:** Las reuniones están prohibidas.
  - **Rojo – Significativo – Nivel 2:** Se permiten las reuniones pero deben limitarse al 25 % de la capacidad, o 100 personas, lo que sea menor, con adaptaciones.
  - **Naranja – Moderado – Nivel 3:** Se permiten las reuniones pero deben limitarse al 50 % de la capacidad, o 200 personas, lo que sea menor, con adaptaciones.
  - **Amarillo – Mínimo – Nivel 4:** Se permiten las reuniones pero deben limitarse al 50 % de la capacidad, con adaptaciones.
- Siga la guía correspondiente a los eventos deportivos y a la participación en actividades deportivas de manera que se reduzca el riesgo de transmisión de COVID-19 a los jugadores, las familias, los entrenadores y las comunidades. (Consulte la guía sobre el atletismo universitario más adelante).
- Para todas las demás reuniones, como las actuaciones públicas, siga las órdenes de guía publicadas actualmente por los funcionarios estatales y locales de salud aplicables a las reuniones.
- Limite, en la mayor medida en que lo permita la ley, el acceso de visitantes o voluntarios no esenciales al campus. En este momento, no se permiten las actividades presenciales ni las reuniones en las que participen grupos u organizaciones externas, especialmente con personas que no sean de la zona geográfica local (p. ej., la comunidad, el pueblo, la ciudad o el condado).



## Teletrabajo y Reuniones y Servicios Virtuales

---

- Fomente el teletrabajo para el mayor número de profesores y personal posible, especialmente los trabajadores con [mayor riesgo de enfermedades graves por COVID-19](#).
- Reemplace las reuniones presenciales por llamadas de video o teleconferencia siempre que sea posible.
- Proporcione servicios de apoyo a los estudiantes de forma virtual, siempre que sea posible.
- Siempre que sea posible, utilice sitios de trabajo o aprendizaje flexibles (por ejemplo, teletrabajo, aprendizaje virtual) y horarios de trabajo o aprendizaje flexibles (por ejemplo, turnos o clases escalonados) para ayudar a establecer políticas y prácticas de distanciamiento social.



## Viajes y tránsito

---

- Evalúe opciones para limitar los viajes no esenciales de conformidad con los reglamentos y guías estatales y locales.
- Fomente que los estudiantes, los profesores y el personal que utiliza el transporte público evalúen la posibilidad de utilizar otras opciones de transporte (por ejemplo, caminar, andar en bicicleta, conducir o ir en automóvil solo o con los miembros de la familia solamente) si es posible.



## Punto de contacto designado para la COVID-19

---

- Designe un administrador u oficina que se encargue de responder a las inquietudes de COVID-19. Todos los estudiantes, profesores y personal de la IHE deben saber quiénes son y cómo contactarlos. El personal de enlace debe estar capacitado para coordinar la investigación, documentación y seguimiento de posibles exposiciones a la COVID-19, a fin de instruir adecuadamente a los contactos cercanos a la cuarentena, y notificar a los funcionarios locales de salud, al personal y a las familias de manera rápida y responsable.



## Participación en los esfuerzos de respuesta de la comunidad

---

- Considere la posibilidad de participar con las autoridades estatales o locales en esfuerzos de respuesta comunitaria más amplios de COVID-19, incluida la búsqueda de autoridad delegada para el rastreo de contactos, la participación en comités de respuesta comunitaria y la



utilización de laboratorios y recursos de la IHE, cuando estén disponibles, para aumentar la capacidad de realización de pruebas.

## **Sistemas de comunicación**

---

- Mantenga los sistemas de comunicación que
  - Permita que los estudiantes, los profesores y el personal
    - informen a la IHE si tienen [síntomas](#) de COVID-19, una prueba positiva para COVID-19, o estuvieron expuestos a alguien con COVID-19 de acuerdo con [las normas de intercambio de información sanitaria para COVID-19](#), y
    - recibir notificaciones rápidas de las exposiciones y cierres, manteniendo la confidencialidad, como lo exige la FERPA y la ley estatal relacionada con la privacidad de los registros educativos. Puede encontrar guía adicional [aquí](#).
  - Notifique a los profesores, el personal, los estudiantes, las familias y el público del cierre de la IHE y de cualquier restricción establecida para limitar la exposición a la COVID-19 (por ejemplo, horas limitadas de funcionamiento).

## **Políticas de licencia y ausencia justificada**

---

- Desarrolle políticas para volver a las clases y a las instalaciones de la IHE después de la enfermedad COVID-19. Los criterios de los CDC para [detener el aislamiento en casa](#) y la [cuarentena](#) pueden informar estas políticas.

## **Plan de dotación de personal de apoyo**

---

- Supervise el ausentismo de los trabajadores y estudiantes, capacite al personal en múltiples programas y cree una lista de personal de apoyo capacitado.

## **Organizaciones afiliadas**

---

- Asegúrese de que todas las organizaciones afiliadas a la IHE, como clubes fuera del campus, organizaciones griegas, etc., también sigan estas pautas. Desarrolle sistemas para hacer cumplir y responsabilizar a las organizaciones afiliadas de la adhesión a esta guía.



## Apoye la adaptación y la resiliencia

---

- Fomente que los trabajadores y a los estudiantes se tomen un descanso para ver, leer o escuchar las noticias, incluidos los medios sociales, si se sienten abrumados o angustiados.
- Promueva una alimentación saludable, el ejercicio, el sueño y la búsqueda de tiempo para relajarse.
- Fomente que los trabajadores y estudiantes hablen con personas de confianza sobre sus preocupaciones y cómo se sienten.
- Evalúe la posibilidad de colocar carteles en la línea telefónica nacional de ayuda: 1-800-985-5990 o envíe un mensaje de texto de TalkWithUs al 66746.
- Coloque carteles con recursos en el campus para ayudar a los estudiantes a controlar el estrés y a atender su salud mental.



## Pruebas

---

- Evalúe la posibilidad de realizar pruebas periódicas sistemáticas al personal y a los estudiantes para detectar la infección actual por COVID-19, y consiga recursos para realizar pruebas a los estudiantes y al personal de la IHE que estén expuestos. El beneficio de las pruebas iniciales o de rutina para la presencia de anticuerpos en el suero después de la infección no está claro actualmente.



## 12. Consideraciones para cierres parciales o totales

- Revise con frecuencia las órdenes de los funcionarios estatales y locales de salud y los avisos del departamento de salud sobre la transmisión en la zona o los cierres y ajuste las operaciones en consecuencia.
- Cuando un estudiante, profesor o miembro del personal dé positivo en la prueba de COVID-19 y haya expuesto a otros en la escuela, implemente los siguientes pasos:
  - Consulte al departamento de salud pública local sobre el seguimiento adicional necesario para identificar los contactos cercanos, y las acciones, cierres u otras medidas recomendadas para proteger su comunidad.
  - Dé una guía estándar para el aislamiento en casa durante 10 días para las personas infectadas por COVID-19.
  - Ofrezca una guía estándar para la cuarentena en casa durante al menos 14 días después del contacto cercano, ya que es posible que partes o todo el campus deba cerrarse temporalmente como cuarentena de estudiantes o personal. Consulte el sitio web del departamento de salud local o [Guía de aislamiento y cuarentena del CDPH](#).
  - Los contactos cercanos adicionales fuera de la residencia y el aula también deben ser puestos en cuarentena durante 14 días en su residencia.
  - Elabore planes de comunicación para las notificaciones de exposición o cierre de escuelas que incluyan la divulgación a los estudiantes, los padres, los profesores, el personal y la comunidad.
  - Incluya información para los trabajadores sobre las leyes laborales, información sobre el seguro de discapacidad, la licencia familiar pagada y el seguro de desempleo, según corresponda.
  - Proporcione guía a los estudiantes, padres, profesores y personal, recuérdelos la importancia de las medidas de distanciamiento físico de la comunidad mientras una parte o la totalidad del campus está cerrada, y también evite que los estudiantes o el personal se reúna en otro lugar.
  - Elabore o revise los planes para la continuidad de la educación.
  - Supervise el sitio web del departamento de salud pública local y mantenga comunicaciones regulares.

# Guía provisional específica para el atletismo universitario

El objetivo de las siguientes pautas y consideraciones es ayudar a las instituciones de educación superior (institutions of higher education, IHE) y a sus comunidades a planificar y prepararse para retomar el entrenamiento atlético universitario, y a reanudar la competición cuando las condiciones lo justifiquen.

El riesgo de transmitir el virus de la COVID-19 depende de varios factores relacionados con los deportes, entre ellos:

- El número de personas en un lugar
- El tipo de ubicación (interior o exterior)
- La distancia o el contacto físico entre las personas
- El tiempo de permanencia en el lugar
- Si se tocaron los objetos compartidos
- El uso de mascarillas
- La mezcla de personas de lugares con diferentes niveles de transmisión en la comunidad

La duración, la proximidad del contacto y el uso de equipos compartidos aumentan el riesgo potencial para los atletas. Para ayudar a mitigar esos riesgos, las universidades que deseen reanudar las competiciones deberán proporcionar protecciones sólidas a sus estudiantes atletas, incluso permitiéndoles la opción de no participar en la temporada sin riesgo de que se les revoque, reduzca o cancele una beca, o cualquier otro tipo de actividad de represalia. También se espera que los departamentos deportivos de las universidades hagan cumplir enérgicamente los protocolos de pruebas e informes que se describen a continuación.

Como guía general, los grupos más pequeños son más seguros que los más grandes; los lugares al aire libre son más seguros que los lugares cerrados; los deportes que pueden asegurar una distancia de seis pies o más son más seguros que el contacto cercano; y una menor duración es más segura que una mayor. Para la mayoría de las actividades deportivas, esta guía supone que no es factible el uso de mascarillas mientras se juega, aunque deben ser utilizadas por los jugadores y otras personas mientras estén en las líneas laterales. Los directores y entrenadores deportivos deben tener en cuenta todos estos factores al planificar reanudar el entrenamiento y la preparación física.

Además, los estudiantes deportistas entrenan, estudian y posiblemente vivan fuera del campus, y viajan a competir a otros lugares, lo que aumenta el riesgo de transmisión. Las IHE deben tener en cuenta estos factores al reanudar la práctica, desarrollar protocolos para el uso de los gimnasios en el campus y desarrollar guías para el

alojamiento de estudiantes deportistas. Permitir que los equipos de otros lugares visiten el campus también aumenta el riesgo de transmisión de la enfermedad.

A medida que se modifican las indicaciones de quedarse en casa, es fundamental que se tomen todas las medidas posibles para garantizar la seguridad de los estudiantes deportistas, los trabajadores y el público.

Los equipos deportivos universitarios tendrán permitido reanudar las prácticas, únicamente, en los siguientes casos:

- Si la institución de educación superior adopta un plan de seguridad para "reanudar el juego" específico para la institución y los equipos lo respetan.
- Si la IHE establece e implementa pruebas de COVID-19 periódicas y sistemáticas para los deportistas y el personal de asistencia. La prueba de reacción en cadena de la polimerasa (polymerase chain reaction, PCR) es el método preferido en la actualidad. (Consulte la Sección 3 para ver los requisitos específicos para la prueba).
- Conforme a los requisitos de la Asociación Nacional de Deportes Universitarios (National Collegiate Athletic Association, NCAA), los deportistas no están obligados a renunciar a sus derechos legales con respecto a la COVID-19, como condición para participar en los deportes.
- Si la institución de educación superior respeta las guías generales para instituciones de educación superior y las guías de salud pública locales relativas al aislamiento y la cuarentena de personas que obtienen resultados positivos en la prueba de COVID-19 y aquellos que hayan mantenido contacto estrecho con ellas.

Solo se podrá reanudar la competencia entre equipos sin espectadores en los siguientes casos:

- Si la IHE puede realizar pruebas de COVID-19 y proporcionar resultados dentro de las 48 horas previas a una competencia, en el caso de los deportes con riesgo de alto contacto.<sup>4</sup>
- Si los departamentos de deportes han considerado cómo garantizar de forma razonable que otros equipos hayan analizado de forma adecuada y abordado los mismos riesgos. Esto incluye analizar cómo compartir los resultados de las pruebas y garantías de seguridad relacionadas con los equipos contrarios antes del inicio de un evento, en consonancia con las leyes vigentes de privacidad de la educación y la información médica.
- Además, junto con los funcionarios locales de salud pública y las personas a cargo de rastrear los contactos, las escuelas deben implementar un mecanismo para informar a otras escuelas, en caso de que un deportista de un equipo obtuviera un resultado positivo en la prueba, dentro de las 48 horas posteriores a una competencia con otro equipo.

- Los departamentos de deportes, tras consultar a la dirección institucional, deben evaluar la disponibilidad de recursos locales para rastrear los contactos y la posibilidad de acceder a ellos. Cuando la disponibilidad de dichos recursos no sea adecuada, las escuelas deberán capacitar al personal del lugar o intentar contactar a recursos para el rastreo. El personal que realice una capacitación formal para rastrear los contactos podría adquirir un enorme valor en relación con los esfuerzos y recursos de gestión de riesgos.

Estas guías son provisionales. Estas pautas y consideraciones se basan en la mejor información sobre salud pública disponible en este momento, en las mejores prácticas internacionales implementadas y en las circunstancias concretas de la gestión de las operaciones. Esta guía se actualizará a medida que surjan nuevas prácticas e información. Además, estas pautas y consideraciones no reflejan la totalidad de las cuestiones que deberán abordar los programas deportivos universitarios.

Las instituciones de educación superior y los departamentos deportivos, además, deberán seguir los estándares adoptados por la NCAA, incluidas sus [pautas para la reinserción social de los deportes](#) <sup>5</sup> y sus reuniones deportivas, si corresponde. En la medida en que dichos estándares impongan restricciones o requisitos adicionales que excedan lo incluido en esta guía o sean más estrictos, las instituciones de educación superior y los departamentos de deportes deberán respetar los requisitos más estrictos.

La implementación de estas guías como parte de la reapertura en etapas dependerá de la mejora de las tendencias epidemiológicas locales y de la disponibilidad de atención médica de la IHE, de los recursos para hacer pruebas de la comunidad y de que la IHE esté correctamente preparada para responder a investigaciones de casos y brotes. Todas las decisiones relativas a la implementación de esta guía deben tomarse junto con funcionarios locales de salud pública y otras autoridades. Los departamentos de salud pública locales pueden tener requisitos más estrictos que estas guías que deben respetarse.

La implementación de estas guías debe adaptarse a cada entorno, lo que incluye analizar adecuadamente los programas que funcionan en cada institución y las necesidades de los estudiantes deportistas y los trabajadores. Los administradores deben hacer participar a los interesados pertinentes (incluidos los estudiantes deportistas, sus familias, el personal y los colaboradores de la comunidad escolar) en la formulación e implementación de los planes.

Incluso si se cumple el distanciamiento físico, reunirse en un entorno que una a múltiples comunidades diferentes para interactuar en la misma actividad, en particular, en espacios cerrados o con contacto estrecho, implica un riesgo más alto de propagación del virus de la COVID-19 y puede producir el aumento de las tasas de infección, hospitalización y muerte, en especial entre las poblaciones más vulnerables.

Los establecimientos deportivos, por lo tanto, deben limitar la ocupación al personal esencial, como los jugadores, entrenadores, preparadores, encargados de la seguridad y el personal del evento. El Departamento de Salud Pública de California, en consulta con los Departamentos de Salud Pública locales, revisará y evaluará el

impacto de estos límites impuestos en la salud pública y proporcionará orientación adicional como parte del restablecimiento paulatino de las actividades de ocio.

## Uso obligatorio de mascarillas

El 18 de junio, el CDPH publicó la [Guía para el uso de mascarillas](#), que requiere ampliamente el uso de mascarillas tanto para miembros del público como para trabajadores en todos los entornos públicos y los lugares de trabajo en donde existe un alto riesgo de exposición. Todas las personas que participen en deportes universitarios, incluidos los entrenadores, el personal, los medios y los jugadores que no estén jugando, quedarán sujetas a dichos requisitos. Podrá encontrar más información sobre el uso de mascarillas en la [página 3](#) de esta guía.

Se identificaron las siguientes áreas como cuestiones generales que deben respetarse en la planificación de la reanudación de los deportes universitarios.





# 1. Plan específico del centro deportivo

- Establezca un plan de prevención escrito para la COVID-19 específico para cada establecimiento, realice una evaluación de riesgos integral de todas las áreas deportivas y de trabajo, y designe a una persona en cada establecimiento para implementar el plan. Todas las decisiones sobre los planes específicos para las IHE deben tomarse junto con los funcionarios de salud pública locales y otras autoridades.
- Designe a una persona responsable de responder a las inquietudes relacionadas con la COVID-19 en los deportes en general y en cada equipo o deporte. Todos los entrenadores, el personal y los estudiantes deportistas deben saber con quién comunicarse con respecto a la COVID-19 y cómo hacerlo.
- Incorpore la [Guía para el uso de mascarillas del CDPH](#) al Plan específico del centro deportivo, que incluye una política para el manejo de las excepciones.
- Identifique la información de contacto para el departamento de salud local en donde se encuentra el centro, para comunicar información sobre los brotes de COVID-19 entre trabajadores o estudiantes deportistas.
- Capacite y notifique a los trabajadores, los representantes de los trabajadores y los estudiantes deportistas respecto del plan, y ponga el plan a disposición de los trabajadores y sus representantes.
- Evalúe con regularidad el establecimiento para verificar el cumplimiento del plan, y documente y corrija las deficiencias identificadas.
- Investigue todos los casos de enfermedad por COVID-19 y determine si algún factor relacionado con el trabajo o el deporte puede haber contribuido al riesgo de infección. Actualice el plan según sea necesario para evitar más casos.
- Implemente los procesos y protocolos cuando haya un brote en un lugar de trabajo, de acuerdo con las [guías del CDPH y ordenanzas del departamento de salud local](#).
- Cumpla las siguientes pautas. El incumplimiento podría producir enfermedades que podrían requerir el cierre o la limitación temporal de las operaciones.



## 2. Temas adicionales para la capacitación de trabajadores y estudiantes deportistas

Los estudiantes deportistas, el personal y los entrenadores deben recibir una sesión informativa sobre la COVID-19 al regresar al campus o antes de hacerlo, que incluya temas adicionales como los siguientes:

- Riesgos de la COVID-19 para los deportistas.
- Uso adecuado de mascarillas, que incluye lo siguiente:
  - Las mascarillas no son equipos de protección personal (EPP).
  - Las mascarillas pueden ayudar a prevenir la exposición de las personas cercanas y de la persona que las utiliza, pero no reemplazan la necesidad de distanciamiento físico y lavado de manos frecuente.
  - Las mascarillas deben cubrir la nariz y la boca.
  - Los trabajadores deben lavarse o desinfectarse las manos antes y después de utilizar o ajustarse las mascarillas.
  - Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
  - Las mascarillas no deben compartirse y deben lavarse o desecharse después de cada turno.
- La información incluida en la [Guía para el uso de mascarillas del CDPH](#), que indica las circunstancias en las que se deben utilizar las mascarillas y sus excepciones, así como las políticas, reglas laborales y prácticas que el empleador haya adoptado para garantizar el uso de las mascarillas. La capacitación también debe incluir las políticas de la IHE sobre cómo se manejarán las excepciones para el uso de mascarillas.
- Todo el personal, empleados, entrenadores y estudiantes deportistas deben conocer sus actividades diarias y los contactos de alto riesgo (a menos de 6 pies durante al menos 15 minutos).
- Información sobre los beneficios de licencias del empleador o el gobierno que los trabajadores podrían tener derecho a recibir y que facilitarían económicamente su permanencia en casa. Consulte más información sobre los [programas gubernamentales que fomentan las licencias por enfermedad y las compensaciones para los trabajadores por COVID-19](#), incluidos los derechos de licencia por enfermedad para trabajadores según la [Ley Familias Primero de Respuesta al Coronavirus](#) y los derechos de los trabajadores de recibir los beneficios de compensación y presunción de la relación entre el trabajo y la COVID-19

según el [Decreto ejecutivo N-62-20 del gobernador mientras esté en vigencia el decreto.](#)

- La importancia del distanciamiento físico.
- Los protocolos para comunicar síntomas.
- Todo cambio específico del establecimiento.



### 3. Medidas de control y detección individuales

- Establezca procedimientos eficaces para realizar pruebas periódicas sistemáticas de COVID-19 a los deportistas y los trabajadores que trabajen con ellos, conforme a las guías publicadas de los CDC y el CDPH y tras realizar un análisis con el departamento de salud local.
- Siempre que sea posible, limite los puntos de acceso al edificio o el establecimiento.
- Provea evaluaciones de salud y de detección de síntomas a todos los trabajadores y estudiantes deportistas que ingresen al establecimiento o evento. Asegúrese de que los encargados de realizar controles de temperatura/síntomas no entren en contacto estrecho con los trabajadores o los estudiantes deportistas en la medida de lo posible.
  - Evaluaciones: Se debe evaluar si los deportistas y el personal tienen fiebre y síntomas de COVID-19 o si estuvieron expuestos al virus antes de cada sesión de entrenamiento, reunión de equipos, prácticas o competencias
    - Controlar la fiebre ( $\geq 100,4$  °F)
    - Preguntar si tienen síntomas nuevos de tos, dolor de garganta, dificultad para respirar, pérdida del gusto o del olfato, vómitos o diarrea
    - Preguntar si estuvieron expuestos a un caso sospechoso o confirmado de COVID-19 en los últimos 14 días
- Si los trabajadores deben autoevaluarse en su casa, lo cual es una alternativa adecuada a la evaluación en el establecimiento, asegúrese de que la evaluación se haya realizado antes de que el trabajador salga de su casa para cumplir con su turno y siga las [pautas de los CDC](#).
- Los trabajadores deben utilizar guantes al manipular artículos contaminados con fluidos corporales.
- Los entrenadores y árbitros que muevan los artículos que usen los deportistas (por ejemplo, pelotas) o que manipulen bolsas de basura

deben utilizar guantes desechables (y lavarse las manos antes de colocárselos y después de quitárselos) o lavarse las manos antes y después de manipular artículos compartidos.

- Limite en la mayor medida posible la presencia de visitantes, personal y voluntarios no esenciales. En este momento, no se permite la presencia de espectadores durante los entrenamientos o las competencias.

## Pruebas

---

- La IHE debe establecer e implementar pruebas de COVID-19 periódicas y regulares para los deportistas y el personal de asistencia de acuerdo con los estándares mínimos de pruebas que incluye la frecuencia de las pruebas, sujetos a pruebas (todos los deportistas y el personal que haya tenido contacto estrecho con los deportistas), y el tipo de pruebas que se realiza, antes de regresar a las prácticas.
  - Según las pruebas y estándares actuales, se aceptan las pruebas de antígenos diarias y las pruebas de PCR periódicas como métodos aceptables como referencia y como pruebas de detección continuas.
  - Si se sigue un protocolo de pruebas de antígenos diarias, el protocolo debe comenzar con una prueba de PCR seguida de la prueba de antígenos diaria. Las pruebas de antígenos positivas deben activar la prueba de PCR para la confirmación. Las pruebas de PCR son obligatorias para los deportistas y el personal, y deben realizarse dentro de las 24 horas posteriores a la notificación de los síntomas.
- Las estrategias de detección siempre dependen de la disponibilidad de los diversos suministros de prueba, la capacidad de laboratorio, el tiempo de entrega y el acceso a las pruebas. Si las pruebas de PCR se priorizan en una comunidad para las personas sintomáticas (criterios de prioridad actualizados para las pruebas en [el sitio web del CDPH](#)), si no es posible realizar la prueba de antígenos, si los plazos de entrega/suministros para la prueba de PCR se ven comprometidos, o si las tecnologías de las pruebas avanzan, es posible que deban considerarse estrategias alternativas.
- Tenga en cuenta que un resultado positivo de una prueba de PCR indica que el ARN de -CoV-2 está presente en ese momento, lo que puede representar una infección actual o pasada, y podría no ser contagiosa actualmente. Una prueba de antígenos positiva indica que el antígeno de SARS-CoV-2 está presente en ese momento, y probablemente indique que es contagioso en la actualidad. Es posible tener un resultado

negativo en cualquiera de las pruebas si se toma la muestra cuando inicia la infección. También es posible que ambas pruebas tengan resultados falsos positivos.

- Solo se podrá reanudar la competencia entre equipos sin espectadores en los siguientes casos:
  - Si la IHE puede realizar pruebas de COVID-19 y proporcionar resultados dentro de las 18 horas previas a una competencia, en el caso de los deportes con riesgo de alto contacto.<sup>6</sup>



## 4. Aislamiento y cuarentena

- A fin de comenzar las prácticas o competencias de deportes de contacto, las instituciones de educación superior, los administradores de equipos deportivos y los deportistas deben comprometerse a cumplir los procedimientos de aislamiento y cuarentena.
- Todos los deportistas y el personal sintomáticos deben permanecer aislados hasta que estén disponibles los resultados, y debe considerarse repetir la prueba si las pruebas iniciales tuvieron resultados negativos pero los síntomas continúan y coinciden con los síntomas de COVID-19.
- Todos los deportistas y el personal que tengan resultados positivos o que hayan recibido el diagnóstico clínico de la enfermedad de COVID-19 deben aislarse:
  - Durante 10 días después de la aparición de los síntomas (o 10 días después de la muestra de la prueba positiva), Y
  - Al menos durante 24 horas después de no tener fiebre (sin usar antipiréticos), Y
  - Hayan mejorado los síntomas.
- Las personas que tengan resultado positivo en la prueba para SARS-CoV-2 que **nunca hayan tenido síntomas**, puede regresar a trabajar o a la escuela 10 días después de la fecha en que se tomó la muestra que tuvo resultado positivo para SARS-CoV-2.
- Las personas identificadas como contacto estrecho (menos de 6 pies durante al menos 15 minutos) deben seguir las pautas u ordenanzas de los directivos de salud pública locales o estatales para cuarentena, independientemente de la frecuencia de las pruebas del grupo o huella. Los contactos estrechos deben hacer una cuarentena de 14 días después de la última exposición.

Debido a la naturaleza de la participación deportiva, las instituciones deben tomar los pasos para el proceso de seguimiento de los contactos incluidos, entre otros, la revisión de videos de las prácticas si están disponibles, y una evaluación integral del contacto asociado a la participación deportiva de modo que se puedan identificar todos los contactos de los deportistas.



## 5. Protocolos de limpieza y desinfección

- Limpie y desinfecte de forma minuciosa las superficies de áreas de mucho tránsito, como los vestuarios, banquillos, bancos, barandas de escaleras, sillas, puertas y picaportes, etc., según corresponda.
- Se debe evitar el uso compartido de objetos y equipos (por ejemplo, pelotas, bates, equipos de gimnasio, banderas de golf), o estos se deben limpiar después de cada uso, si es posible. No permita que los jugadores compartan toallas, vestimenta u otros artículos que utilicen para limpiarse el rostro o las manos.
  - Evite el uso compartido de equipos o pelotas en la mayor medida posible. En los deportes correspondientes, se deben rotar las pelotas de forma regular para limitar el contacto con varios usuarios, hasta que se puedan desinfectar. Por ejemplo, los árbitros de béisbol o sóftbol deben limitar el contacto con la pelota, a menos que usen guantes, y los receptores deben tomar las pelotas de los foul y los pases siempre que sea posible. Las pelotas utilizadas en el precalentamiento en el campo o fuera de este se deben separar del contenedor de pelotas compartidas.
- Asegúrese de contar con un suministro suficiente de artículos, para reducir el uso compartido en la mayor medida posible. Por ejemplo, puede etiquetar los artículos para asignarlos a determinadas personas (equipos deportivos, pelotas, bates, botellas de agua). También puede limitar el uso de los suministros y equipos a un grupo de jugadores por vez y limpiarlos y desinfectarlos después de cada uso.
- Identifique un miembro del personal o voluntario para que garantice la limpieza y desinfección adecuada de los objetos y equipos, en particular, en el caso de los equipos compartidos y las superficies de contacto frecuente.
- Limpie las superficies que se toquen entre turnos o usuarios, lo que sea más frecuente, como los relojes del juego, los marcadores, niveladores, contadores, bolígrafos compartidos para completar fichas de registro, etc.

- Evite el uso compartido de equipos de audio, teléfonos, tabletas, bolígrafos y otros suministros de trabajo, siempre que sea posible.
- Suspenda el uso compartido de auriculares y otros equipos entre los trabajadores a menos que el equipo se pueda desinfectar correctamente después del uso. Consulte con los fabricantes de los equipos para determinar los pasos adecuados de desinfección, particularmente para las superficies blandas y porosas, como las orejeras de espuma.
- Elabore e implemente un programa de mayor limpieza y desinfección de rutina.
- Asigne tiempo para que los trabajadores implementen las prácticas de limpieza durante su turno. Las tareas de limpieza deben asignarse durante el horario laboral como parte de las obligaciones laborales de los trabajadores.
- Consiga opciones para que empresas de limpieza externas asistan con la demanda creciente de limpieza, de ser necesario.
- Asegúrese de que las instalaciones sanitarias permanezcan funcionales y estén equipadas en todo momento, y proporcione jabón, toallas de papel y desinfectante para manos adicionales cuando sea necesario.
- Al elegir las sustancias químicas desinfectantes, los departamentos de deportes deben utilizar productos aprobados para el uso contra la COVID-19 de la lista aprobada por la [Agencia de Protección Ambiental \(EPA\)](#) y seguir las instrucciones de los productos. Use desinfectantes cuya etiqueta indique que son eficaces contra patógenos virales emergentes, soluciones caseras de blanqueador diluido (5 cucharadas por galón de agua), o soluciones de alcohol con al menos 70 % de alcohol que sean apropiadas para la superficie. Brinde capacitación a los trabajadores sobre los [riesgos relacionados con sustancias químicas](#), las instrucciones del fabricante, los requisitos de ventilación y los requisitos de Cal/OSHA para el uso seguro. Los trabajadores que utilicen limpiadores o desinfectantes deben utilizar guantes y otros equipos de protección según lo indiquen las instrucciones de cada producto. Se deben respetar los [requisitos para el uso seguro](#) de desinfectantes del Departamento de Regulaciones para el Uso de Pesticidas de California. Siga los [métodos de limpieza seguros para asmáticos](#) recomendados por el Departamento de Salud Pública.
- Los establecimientos cerrados deben aumentar la circulación de aire fresco y, para ello, deben abrir las ventanas o las puertas, en la medida de lo posible. Sin embargo, no debe abrir ventanas y puertas si hacerlo impone un riesgo para la salud o seguridad (riesgo de caídas o de desencadenar síntomas de asma) de los jugadores u otras personas que estén usando el establecimiento.



- Contemple instalar limpiadores de aire portátiles de alta eficacia, actualizar los filtros de aire del edificio a la mayor eficacia posible y hacer otras modificaciones para incrementar la cantidad de aire exterior y la ventilación en todas las áreas de trabajo.
- Asegúrese de que los espacios de juego y prácticas en interiores sean áreas grandes con buena ventilación e intercambio de aire.
  - Por ejemplo, maximice los filtros de aire centrales de los sistemas de aire acondicionado (filtros con clasificación de al menos MERV 13).
- Instale dispensadores de desinfectante para manos, sin contacto de ser posible, en las áreas de ingreso y de contacto frecuente.
- Siga las [pautas de los CDC](#) para garantizar que todos los sistemas de agua sean seguros después de un cierre prolongado del establecimiento, a fin de minimizar el riesgo de contraer la [enfermedad del legionario](#) y otras enfermedades relacionadas con el agua.



## 6. Pautas de distanciamiento físico

- Priorice los entrenamientos y el juego al aire libre, en la mayor medida posible.
- Si el protocolo adoptado incluye las pruebas de antígenos diarias, los equipos pueden entrenar al aire libre en grupos de no más de 75. Se recomienda que los equipos se dividan en grupos de 25 en la medida de lo posible.
- Realice entrenamientos en grupos. La IHE debe establecer grupos como estrategia para reducir la posible propagación de la COVID-19. Un grupo puede estar conformado por no más de 25 personas que sean miembros del mismo equipo, incluidos los entrenadores y el personal, y entrenen y participen siempre en actividades juntos. Cada grupo debe evitar mezclarse con otros grupos.
- Los diferentes grupos se deben mantener separados en la medida de lo posible. Considere utilizar carteles, conos o cinta para establecer líneas divisoras claras.
- En especial, en el caso de los deportistas que participen en deportes con alto riesgo de contacto según lo definido anteriormente, se recomienda fervientemente a las IHE que brinden viviendas separadas en el campus específicas alejadas para minimizar los riesgos de transmisión a otros miembros del campus.

- De ser posible, los deportistas y los entrenadores deben mantener una distancia de seis pies como mínimo con otras personas, cuando no estén en el campo de juego o participando en juegos o actividades.
  - Establezca distancia entre los jugadores al explicar los ejercicios, las reglas del juego o al reunirse.
  - Limite la cantidad de jugadores en espacios confinados de asientos para jugadores (por ejemplo, en el banquillo), permitiéndoles a los jugadores que abarquen las áreas para espectadores, si esto garantiza más espacio.
  - Prohíba el contacto físico innecesario, como chocar los cinco, los apretones de manos en filas y otros tipos de contacto físico con los compañeros del equipo, los equipos contrarios, los entrenadores, árbitros y aficionados. Los entrenadores deben repasar las reglas de distanciamiento físico con los deportistas de forma regular.
  - Considere colocar señales físicas, como carteles y cinta en los pisos o campos de juego, para garantizar que los entrenadores y jugadores mantengan la distancia de seis pies.
  - Mantenga una distancia mínima de seis pies entre los jugadores durante los juegos, siempre que sea posible (por ejemplo, durante el precalentamiento, las actividades para el desarrollo de habilidades y los simulacros).
- Las autoridades deben mantener una distancia de seis pies con otras personas y al interactuar con los deportistas y los entrenadores fuera del campo de juego. Además, deben evitar compartir documentos o equipos con los jugadores y entrenadores. Esto podría requerir el uso de formaciones digitales y otras adaptaciones.
- Si se deben compartir los establecimientos de práctica o competencia, considere aumentar el tiempo entre las prácticas y competencias, para que un grupo pueda salir antes de que el siguiente grupo ingrese al establecimiento. En el caso de las instalaciones que se compartan con toda la comunidad del campus, se deben establecer horarios separados para cada equipo. De ser posible, disponga de tiempo para la limpieza y desinfección.
- Se deben implementar los protocolos de distanciamiento físico en cualquier área de alta densidad y tránsito.
- Las reuniones y los entrenamientos de más de 25 personas deben realizarse de manera virtual, y las reuniones presenciales deben tener como máximo 25 personas. Las reuniones deben realizarse al aire libre, en áreas que permitan una distancia física adecuada entre el personal, los deportistas y otros trabajadores.

- Escalone los descansos en cumplimiento de los reglamentos sobre salarios y horarios, cuando corresponda, para mantener los protocolos de distanciamiento físico.
- Considere ofrecer a los trabajadores que soliciten tareas modificadas opciones que minimicen su contacto con los deportistas, entrenadores, autoridades y otros trabajadores.



## 7. Alimentos y comidas

- Todos los jugadores, entrenadores y árbitros deben traer su propia botella de agua o bebida. Las botellas se deben etiquetar para indicar a quiénes pertenecen. No les proporcione a los equipos refrigeradores de agua o bebederos compartidos. Los equipos también podrían proporcionar agua embotellada.
- Si se ofrece comida, cuente con comida previamente envasada en cajas o bolsas para los jugadores en lugar de un bufé o de una comida tipo familiar.
- Prohíba el uso de lo siguiente:
  - Cajitas de condimentos autoservicio, cajitas de utensilios, servilletas, tapas, sorbetes, jarras de agua, recipientes para llevar, etc.
  - Máquinas autoservicio, como dispensadores de hielo, gaseosas, yogur helado, etc.
  - Áreas de comida autoservicio, como los bufés, las barras de salsas, las barras de ensaladas, etc.
- Siga las guías de seguridad para [restaurantes que sirven cenas](#) del Departamento de Salud Pública de California y la Cal/OSHA.



## 8. Viajes durante competencias

- Los viajes se deben limitar al personal esencial (por ejemplo, deportistas, entrenadores y personal médico).
- Siempre que sea posible, los equipos deberán conducir hacia los eventos.
  - Si se utilizará más de un vehículo, las personas que viajen deberán dividirse de modo que aquellas que ya mantienen contacto estrecho (es decir, los grupos) viajen juntas.
  - Se deberán utilizar mascarillas, las cuales solo se deberán quitar en la menor medida posible, para comer o beber.

- En el caso de los viajes en autobús, los asientos que estén adelante y atrás de cada persona se deberán mantener vacíos (es decir, se debe implementar un patrón alternado).
- Cuando sea necesario viajar en avión, se debe contratar una aerolínea que implemente métodos sólidos para el control de infecciones (por ejemplo, debe exigir el uso de mascarillas por parte de todos los pasajeros y la tripulación), y se debe implementar el uso de desinfectante para manos y el lavado de manos frecuentes, conforme a las [pautas de los CDC](#).
- Al viajar para jugar en otros lugares, los equipos deben permanecer con su equipo, sin mezclarse con los equipos locales o con otros miembros de la comunidad que los recibe.



## 9. Regreso al establecimiento o el entrenamiento tras obtener un resultado positivo

- Indíqueles al personal y a los estudiantes deportistas que estén enfermos que no regresen hasta satisfacer los criterios de los CDC para poner fin al [aislamiento en el hogar](#), que incluyen 24 horas sin fiebre (sin tomar medicamentos para bajar la temperatura), mejora de los síntomas y el transcurso de 10 días desde la aparición de síntomas o la realización de la prueba.
- Los estudiantes deportistas deben trabajar con sus proveedores médicos y el personal médico del equipo para determinar cómo obtener la autorización para reanudar el entrenamiento de forma segura.
- Es posible que los departamentos de salud locales consideren discontinuar la práctica de deportes de contacto o las competencias por el resto de la temporada si más del 10 % de los deportistas tienen resultados positivos en las pruebas de COVID-19 en un período de 14 días. En el caso de los equipos con menos de 20 deportistas en total, si más de 5 miembros tienen resultados positivos, es posible que se considere discontinuar la práctica de deportes de contacto o las competencias por el resto de la temporada.



## 10. Comunicación y alcance público

Las IHE deben comprometerse a elaborar e implementar un plan de comunicación, o anexar los planes existentes, para abordar la reducción del riesgo en la comunidad del campus, el alumnado y la base amplia de seguidores con maneras más seguras de disfrutar los juegos o competencias (distancia física, mascarillas y la necesidad de cumplir las ordenanzas y directrices de los entes de salud pública en relación con las reuniones o eventos, tanto en el campus propio como en otros lugares) y distribuir estos mensajes de varias maneras (medios sociales y tradicionales) con anticipación y durante los eventos deportivos televisados.

---

<sup>1</sup> Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades ofrecen información adicional específica [para universidades y facultades](#).

<sup>2</sup> A menos que las pautas estatales para entornos públicos específicos contemplen una excepción.

<sup>3</sup> A menos que un trabajador o proveedor de atención médica indique algo diferente.

<sup>4</sup> Esta guía adopta la clasificación de "deportes de alto riesgo" incluida en las pautas de la Asociación Nacional de Deportes Universitarios para la reinserción social de los deportes, que incluye el baloncesto, el hockey sobre césped, fútbol, hockey sobre hielo, lacrosse, remo, rugby, balompié, squash, vóley, polo acuático y lucha libre.

<sup>5</sup> [NCAA: Resocialization of Collegiate Sport: Developing Standards for Practice and Competition](#) (Reinserción social de los deportes universitarios: desarrollo de estándares para la práctica y la competencia). 16/7/20.

<sup>6</sup> Ver arriba.

