

# MANUAL DE RECURSOS PARA EL COVID- 19

*Guía completa para ayudar a volver a entrenar y competir  
de forma segura*





# South Texas Youth Soccer

## Manual de recursos para el COVID- 19

### Resumen

South Texas Youth Soccer anuncio las recomendaciones del regreso a jugar diseñadas para asistir a toda la comunidad del Sur de Texas. Para que sigan los pasos apropiados para mitigar el riesgo a todos los participantes en el ambiente del Covid-19. Este manual está diseñado para dar recomendaciones que pueden ser usadas en el soccer juvenil durante y después de la pandemia del Covid 19. Nuestra meta es poder ofrecerles a los líderes, entrenadores, jugadores, familias, árbitros y voluntarios con una orientación guiada por la información médica que se está desarrollando con los protocolos más seguros para poder regresar a jugar. Estamos proporcionando este manual para asistir especialmente a todos los miembros del Sur de Texas y gradualmente poder reanudar el juego mientras reducimos el difundir la infección.

***Este manual está hecho con la intención de complementar- no de reemplazar o sustituir- cualquier regulación, regla, o leyes locales, estatales, regionales, o federales.***

Mientras unas organizaciones y clubs en el Sur de Texas pueden estar listos para intentar regresar a jugar o a entrenar o a competir, el exponer a los participantes puede ser un riesgo potencial a infectarse, y el hacer esto por el beneficio de nuestro deporte no es aceptable. Hasta que no se encuentre una intervención tangible, incluyendo vacunas, exámenes generalizados y otros factores que jueguen una forma ética y segura, reconocemos que unos miembros optaran por implementar medidas y pólizas más restrictivas.

Estas pautas no están destinadas para reemplazar los consejos profesionales de un médico, un diagnóstico por un médico profesional licenciado. La información acerca de la prevención y tratamiento del Covid- 19 está constantemente cambiando. South Texas Youth Soccer seguirá pidiendo guía y recomendaciones de los oficiales médicos públicos y de médicos profesionales para poder personalizar y regularmente poner al día este manual y posteriormente el protocolo del regreso a el juego. Creemos firmemente que si todos nuestros miembros siguen al pie de la

letra todas recomendaciones y la orientación, juntos, podemos crear un ambiente más seguro para crear la habilidad de regresar a jugar, este compromiso cae sobre todos los programas de deportes juveniles.

## **El Índice de Contenido**

<b>Resumen</b>	<b>1</b>
<b>El índice de contenido</b>	<b>2</b>
<b>Quien somos</b>	<b>4</b>
South Texas Youth Soccer	4
<b>Nuestra Misión</b>	<b>4</b>
Nuestra Vision	4
<b>Consideraciones importantes de riesgo</b>	<b>4</b>
<b>Recomendaciones Generales</b>	<b>5</b>
<b>Fases del regreso al juego del Sur de Texas</b>	<b>6</b>
Fase 0	7
Fase 1	7
Fase 2	7
Fase 3	7
Fase 4	8
Consideración clave para las fases	8
<b>Guía general en prácticas de entrenamiento</b>	<b>8</b>
Distanciamiento Físico	8
Protocolo de seguridad	8
Protocolo de higiene	9
<b>Recomendaciones de South Texas para regresar a competir</b>	<b>9</b>

Examen de salud & monitoreó de síntomas	9
Equipo del día de juego	10
Compartir vehículos	10
Preparación de los participantes	10
<b>Agendar</b>	<b>11</b>
<b>Día De Juego</b>	<b>11</b>
Procedimiento de calentamiento/ y registraci3n	12
Canchas	12
Durante el juego	12
Heridas/ Descansos para hidratarse	13
Clima Inclemente	13
Despu3s del juego	13
<b>Espectadores</b>	<b>13</b>
<b>Orientaci3n general de administraci3n en juegos y competencias</b>	<b>14</b>
<b>Coordinaci3n de seguridad</b>	<b>14</b>
<b>Plan de acci3n de Covid- 19</b>	<b>15</b>
<b>Instalaciones</b>	<b>15</b>
<b>Qu3 hacer si alguien sale positivo</b>	<b>15</b>
<b>Pautas del CDC</b>	<b>15</b>
<b>Protocolo para reportar de South Texas</b>	<b>16</b>
<b>Cuando regresar a jugar despu3s de un caso confirmado o se sospecha infecci3n de Covid- 19</b>	<b>17</b>
<b>Recursos</b>	<b>18</b>
<b>El juego en US Soccer</b>	<b>18</b>
<b>El Glosario de t3rminos</b>	<b>18</b>

<b>Recursos adicionales</b>	<b>19</b>
<b>Apéndices</b>	<b>20</b>

---

## Quienes somos

### South Texas Youth Soccer

South Texas Youth Soccer es una corporación sin fines de lucro, 501(3). Exento de impuestos nuestro propósito es caritativo, educacional, y atlético, como definido por Texas Non Profit Corporation Act. Estamos afiliados con United States Youth Soccer (USYS), la federación americana de Soccer de los Estados Unidos (USSF) y la federación internacional de Futbol (FIFA).

### Nuestra Misión

El hacer el futbol (Soccer) el deporte preeminente en el sur de Texas a través de programas diversos y experiencias enriquecedoras.

### Nuestra Visión

El ser reconocidos como líderes del soccer juvenil a todos niveles de nuestra membresía diversa.

## Consideraciones de riesgo importantes

Antes de empezar entrenamiento o juegos, todos los participantes deben de [considerar el riesgo](#) asociado con el Covid-19 que se puede contagiar entre jugadores, técnicos, oficiales, facilitadores, y espectadores.

Las organizaciones de nuestros miembros del Sur de Texas pueden experimentar una experiencia a diferentes niveles de una infección local y el contagio de la enfermedad. Esto hace no realístico el que South Texas Youth Soccer pueda demandar o en forzar que nuestras pólizas se lleven igual en todas las ciudades y regiones ya que las recomendaciones relacionadas con el Covid- 19 son fluidas. De cualquier modo, es mejor asegurar el ambiente más seguro posible para nuestros jugadores para que puedan continuar en sus prácticas y cualquier competencia, South Texas Youth Soccer les pide a todos que sigan las recomendaciones y los protocolos.

Entre más contacto físico y cercano ocurra, más alto es el riesgo de difundir la enfermedad. Entre más interacción, y cercanía física de las interacciones y el tiempo en las interacciones. Más alto es el riesgo y la trasmisión de contagio. Así que, [el riesgo dependerá en el tipo de actividad](#). Las actividades que requieran más espacios adentro, y el compartir el equipo o puntos de contactos

hará mas difícil mantener la distancia social. Estas interacciones aumentaran el riesgo de transmisión.

## Recomendaciones Generales

### Recomendaciones de CDC

Práctica de higiene general puede reducir el contagio de infección. [Las siguientes recomendaciones de CDC](#) deben de ser seguidas no importando en qué fase de regreso a juego se encuentre. Las cuales incluyen:

***Quedarse en casa si no te sientes bien o estas experimentando los siguientes síntomas de Covid-19.*** Gente con Covid 19- tiene una gran variedad de síntomas reportados- los cuales pueden ser algo leve o una enfermedad muy seria. Los síntomas aparecen de 2-14 días después de ser expuesto al virus. Gente con estos síntomas pueden tener Covid 19:

- Tos
- Dificultad para respirar o falta de aire
- Fiebre de 100.4 grados/ 37.9 C
- Escalofríos
- Dolor de musculo
- Dolor de garganta
- Perder el olfato o el sabor

La lista no incluye [todos los síntomas posibles](#). Otros síntomas pueden ser reportados incluyendo gastrointestinales como nauseas, vomito, y diarrea.

### Mejores Prácticas

Las siguientes prácticas deben de ser reforzadas dentro de su organización para mitigar la transmisión de cualquier enfermedad contagiosa.

- No tocarse la cara.
- [Lavarse las manos](#) frecuente con jabón y agua por lo menos 20 segundos o usar un desinfectante de manos que sea basado en alcohol.
- Cubrirse la boca y la nariz (con el brazo o el codo, no con las manos) cuando tosas o destornudes y lavarse las manos después.
- Ponerse un cubre bocas nuevo o limpio y cubrirse la cara cuando este afuera.
- [Entender cómo usar un cubre bocas correctamente.](#)
- [Desinfectar](#) frecuentemente las áreas comunes y el equipo.
- Evitar contacto con otros individuos (como saludar de mano y darse palmadas)
- Mantener [distancia social](#) de 6 pies entre personas.
- Espacios afuera posen menos riesgo que espacios adentro

- Individuos con [alto riesgo](#) (incluyendo jugadores, entrenadores, oficiales, y espectadores) deben evaluar su propio riesgo y limitar su exposición.



## Qué hacer si estas enfermo

Una lista completa de recomendaciones puede ser encontrada en la [página de internet de CDC](#).

- Quedarse en casa. La mayoría de la gente tiene síntomas leves y se puede recuperar en casa sin atención médica. No salga de su casa, a menos que sea a recibir tratamiento médico. No visite áreas públicas.
- Sepárese de la gente a su alrededor.
- Monitorea sus síntomas.
- Manténganse en contacto con su pareja. Siga las instrucciones de su médico y su departamento local.
- Si tienes una [señal de emergencia](#), tomar el cuidado médico de emergencia inmediatamente.

## Fases de regreso a juego de South Texas

### Descripción General

Los siguientes recursos son usados para determinar la [Fase de Regreso a Juego](#) y cualquier cambio.

State of Texas Executive Orders/ Mandates

US Soccer guidance

US Youth Soccer Guidance

Senior Staff Technical Advice

## Información de CDC

Usando esta información, [la mesa ejecutiva de South Texas Youth Soccer](#) decide lo que creen que es la mejor decisión para nuestros miembros- teniendo en mente que la salud de nuestros miembros y seguridad es nuestra prioridad. Debido a la varianza local (condado, ciudad) y las pólizas mandadas, estas no son parte de la decisión o del criterio, pero pueden sustituir cualquier orientación de las fases de South Texas para localidades específicas.

Se espera que todas las asociaciones, clubs, y equipos observen el estatus de las fases de South Texas y sigan todas las órdenes emitidas por el gobierno local, estatal, y federal.

### **Fase 0:**

No debe haber entrenamiento en persona, Entrenamiento virtual si es permitido.

### **Fase 1:**

Sesiones de prácticas y entrenamientos pueden incluir la habilidad de practicar condicionar física con una pelota individualmente.

- One jugador por pelota
- Distancia entre jugadores

Sesiones de entrenamiento y prácticas también pueden incluir grupos pequeños

- Patrones de paso para la pelota
- No contacto
- Evitar líneas(usar marcadores)
- No atrapar con las manos

### **Fase 2:**

Entrenamiento y prácticas pueden incluir actividades y ejercicios que introduzcan la defensa de presión y contacto. La fase 2 incluye el uso de juegos de pelota de lados (ejemplo 4v4 y 6v6). Cuadrillas de juegos amistosos con los compañeros son recomendados.

### **Fase 3:**

En esta fase hay restricciones en actividades de entrenamiento para los jugadores. Los equipos pueden regresar a partidos amistosos fuera de su club siguiendo las recomendaciones del Covid-19. Viajar localmente y el mismo día para juegos amistosos con equipos dentro y fuera de el mismo club es recomendando.



## **Fase 4:**

No hay restricciones en entrenamientos, juegos o viajar para jugadores, entrenadores, espectadores. Recomendaciones de Covid-19 ya no aplican.

### **Consideraciones clave para las fases**

El modelo de etapas de regreso al juego no es necesariamente intencionado a seguir de formas lineal, ya que puede ser necesario regresar a una fase anterior, basada en los cambios que pasen con el covid-19 y la exposición de la comunidad del Sur de Texas de vez en cuando. Es posible, pero no probable que pueda haber un brote local o regional del Covid 19 en el futuro.

Muchos programas en nuestro estado talvez necesiten permanecer o regresar a las fases 0-2 por periodos prolongados. Sin embargo el seguir este modelo progresivo ayudara Asus jugadores, técnicos, y comunidad a regresar a jugar lo más seguro posible. Los miembros deben de estar preparados y volver a una fase temprana si es necesario para responder a un riesgo en aumento, contaminación de grupo, y la actualización de la guías de salud pública o mantener una prevención y respuesta segura a el protocolo del Covid-19.

## **Guia general en entrenamiento y prácticas.**

### **Distanciamiento físico**

- Un equipo = un grupo
- Desalentar el mesclar jugadores y técnicos entre grupos
- Evadir contacto y grupos innecesarios (ej. Líneas, amontonamientos)
- Viajar solo con miembros de su propia casa
- Usar mascarilla hasta que la distancia apropiada pueda ser mantenida.

### **Protocolos de Seguridad**

- Padres deben de permanecer en sus vehículos
- Distancia Social de 6 pies
- Técnicos, árbitros, y empleados deben de usar mascarilla para cubrir la cara cuando sea posible.
- Proveer estaciones de desinfectante de manos.
- Promover el lavado de manos
- Crear un plan para la distancia física de los suplentes, grupos, y pláticas de equipo.
- Evitar celebraciones de palmadas en el aire o acercamientos.

## Protocolos de Higiene

- Nadie debe de atender a entrenamientos o juegos si no se sienten bien o no se sienten seguros.
- Los individuos con alto riesgo deben de quedarse en casa.
- Desinfectar todo el equipo y superficies después de cada uso
- Tener un plan activo acerca del Covid- 19 y comunicárselo a los accionistas.
- Mantener registro de asistencia de todos los participantes por un mínimo de 30 días.
- Usar cartelones para recordar a los participantes de todas las guías a seguir.

## Recomendaciones de regreso a jugar para el Sur de Texas

El regreso a competir solo debe de pasar después de que los equipos y jugadores Allan seguido un entrenamiento progresivo para proveer un ambiente más seguro para los jugadores. Un entrenamiento basado en las fases es intencionado a priorizar la salud y bien estar de los jugadores y re-aclamar apropiadamente la actividad física.

Todos los administradores y líderes siempre deben de referirse a los protocolos federales, estatales, y locales antes de regresar a competir en juegos y ligas. Esto incluye los requerimientos para asesar cualquier parque local e instalación para participantes y espectadores. Adicionalmente el Sur De Texas requiere que el estado este en una fase 3 para poder seguir la orientación del Regreso al juego.

South Texas Youth Soccer cree firmemente que si todos los miembros siguen las recomendaciones, juntos podemos crear un ambiente seguro y la habilidad continúa de poder regresar al juego y nuestra habilidad continua del compromiso entero de todos nuestros equipos de soccer y clubs y asociaciones.

Cualquier individuo que reporte o demuestre síntomas de enfermedad debe de ser removido de la competencia (o restringido de la competencia) y debe de buscarse orientación de su médico antes de regresar a las actividades de soccer.

## Proyección de Salud y el monitoreo de los síntomas

Antes de participar, los empleados de programas técnicos, la asignación de los árbitros, y los técnicos deben de obtener una confirmación de cada jugador acerca de lo siguiente:

1. Que no están experimentando síntomas relacionados con el Covid-19.
2. No han tenido contacto cercano con alguien que haya sido confirmado con un caso de covid en los últimos 14 días.
3. No están restringidos de participar por su doctor de cabecera.

4. Cada individuo debe de checar su temperatura y abstenerse de participar si tienen fiebre de (>100.4F)

Un representante de cada equipo (el técnico o gerente de equipo) debe de confirmar con el equipo opuesto que todos los participantes y empleados cumplan las expectativas mencionadas arriba.

Todos los árbitros deben de confirmar individualmente que los dos representantes de los equipos hayan cumplido los requerimientos.

Cualquier individuo que no pueda confirmar el criterio nombrada debe de ser restringido de participar, contactar a su médico y seguir el procedimiento de la liga para reportar. Hemos provisto ejemplos de cuestionarios y encuestas en el appendix.

### **Equipo del día de Juego**

Todos los jugadores, técnicos, árbitros y espectadores deben de traer su propio equipo (desinfectante de manos, botellas de agua, toallas, etc) y no deben de compartir entre ellos.

### **Viajes compartidos de auto**

Viajen al entrenamiento y competencias la mínima cantidad de personas. Si es necesario compartir el viaje con alguien más, recomendamos seguir las recomendaciones de distanciamiento si es posible. Y usar una máscara durante el viaje para cualquier persona que no sea parte de su casa. Traten de solo viajar con las mismas personas si es algo constantemente requerido por su familia.

### **La Preparación de Los participantes**

Los participantes deben de vestirse en su casa en cualquier uniforme y equipo de futbol para llegar al lugar de entrenamiento, listos para jugar sea el técnico o el árbitro, sin tener que usar los casilleros/lockers o el área de cambiarse. Los zapatos de futbol se los pueden poner en la cancha de juego. Los participantes deben de seguir el distanciamiento social y no congregarse y congestionar las instalaciones.

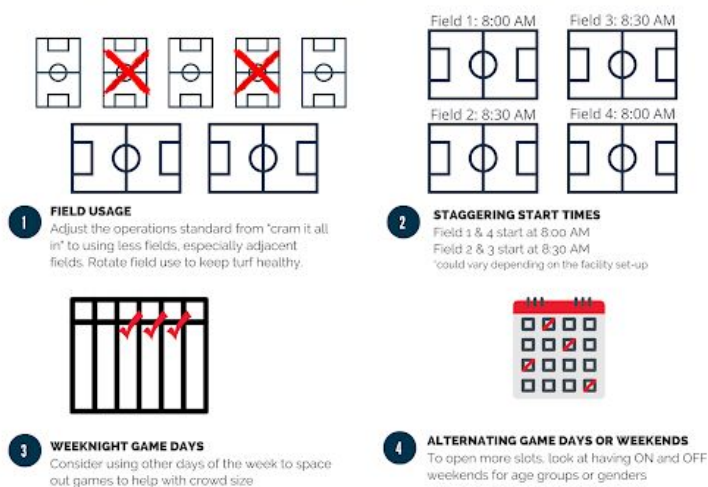
Recomendamos que todos los administradores compartan la información específica el día antes del juego con todos los participantes para asegurar que todos los interesados estén informados en cualquier instrucción específica de las instalaciones antes de llegar.

## AGENDAR

Recomendaciones para las organizaciones que tendrán eventos en sus instalaciones incluyen lo siguiente:

- Ajusten las operaciones de las instalaciones. Usen menos canchas, especialmente las canchas al lado una de la otra.
- Limiten la capacidad total de las instalaciones e intencionalmente bloquen las canchas con la intención de extender la capacidad basada en el nivel indicado del regreso al juego.
- Consideren usar otros días de la semana como los fines de semana para brindar espacio entre juegos, así ayudara con el tamaño de la multitud.
- Alternando los días de juego y los fines de semana para abrir más oportunidad de juegos.
- Limiten viajes( Distancia Y tiempo)
  - Agenden los juegos en corta distancia cerca de casa.
  - Limite y deduzca la necesidad de manejar de noche cuando sea posible.
- Formato de las ligas (tamaño de grupos, cantidad de juegos, línea de tiempo)
  - Ajuste el tamaño de los grupos
  - Ajuste el objetivo de cuantos juegos
  - Ajuste el tiempo de la temporada- empezando tarde, terminando tarde, jugando menos juegos.
- Escalonar Publicación
  - Considere publicar su competencia en escalones para permitir ajustes al regreso al juego.

## Competition Scheduling Considerations



## Día De Juego

Ya estando en las instalaciones de competencia, los juegos pueden ser conducidos normales con las siguientes excepciones:

## Calentamientos/ Procedimiento de Registraci3n

- No entres a las instalaciones de juego hasta que solo falten 30 minutos o menos de que empiece el juego. Seguir las reglas espec3ficas de entrada y salida de las instalaciones.
- Todos los asistentes deben de mantener distancia social cuando lleguen y salgan de las facilidades.
- En la cancha, calentamiento debe de ser limitado a 20 minutos o menos.
- Durante la registraci3n de los juegos se debe de usar el distanciamiento social y las mascarillas.
- Los pases virtuales de los jugadores son recomendados, y los aparatos deben de ser limpiados antes y despu3s de la registraci3n.
- Las tarjetas de juego deben de ser imprimidas de acuerdo con el procedimiento del d3a de Juego y por solo una persona antes de d3rselas al 3rbitro.
- En el lanzamiento de la moneda, la distancia social debe de ser mantenida y el 3rbitro y los capitanes deben de traer mascarilla.

## Canchas

Las instalaciones deben de tener cartelones con las reglas a seguir acerca del protocolo del Covid-19, incluyendo el protocolo de los espectadores, las entradas las salidas, las pr3cticas de la higiene general. El dise1o de las canchas debe de dejar espacio para los que los equipos puedan extenderse a lo largo del afuera y para que los espectadores puedan estar en una 3rea de espectadores. Tambi3n, designar un espacio para el calentamiento que este marcado, y las 3reas en com3n al igual que los ba1os deben de ser limpiados y desinfectados. Desinfectante de manos y jab3n deben de estar disponibles. Siempre referirse al gobierno local para las l3neas a seguir en el las instalaciones. Un ejemplo de c3mo pueden marcar las instalaciones est3 en el appendix.

## Durante el Juego

- Cada equipo debe de venir al juego con por lo menos 3 pelotas de calidad.
- Si alguna pelota hace contacto con alguien que no est3 jugando debe de ser desinfectada antes de ser usada.
- Los jugadores y t3cnicos deben de mantener distancia social durante las afueras de la cancha. Esto incluye los suplentes, las tiendas de campaa, sillas, bancos pueden ser necesarios.
- T3cnicos deben de planear en c3mo comunicarse de una manera clave como la alineaci3n, piezas de juego, y las t3cticas de una manera segura y distanciada.
- La superficie de cosas compartidas como pelotas, conos, y cualquier otro equipo debe de ser desinfectado antes y despu3s de cada uso.
- Jugadores no deben de compartir cosas como botellas de agua, crema de sol, o ropa como baberos de entrenamiento, la camiseta, etc.

## Árbitros

- Es permitido que los árbitros usen su mascarilla durante los juegos pero no es mandatorio.
- Los árbitros deben de seguir el distanciamiento social lo más posible.
- Los asistentes de los árbitros deben de usar sus propias banderas para el juego; las banderas no tiene que combinar.

## Descansos de Hidratación / Heridas

- Si es posible el árbitro debe de mantener una distancia de 6 pies del jugador lastimado, mientras determina si se necesita atención médica.
- Si es posible permita que un técnico o profesional médico del equipo del jugador lastimado entre a la cancha ayudar a el jugador. El técnico o profesional médico debe de usar protección como mascarilla y guantes mientras ayuda al jugador.
- El árbitro debe de recordarle a los jugadores de mantener su distancia el uno del otro, y del jugador lastimado, durante los descansos del juego. Los jugadores no deben de congregarse.

## Clima Inclemente

- La distancia social se debe de observar durante un refugio en el área o el protocolo de evacuación.
- PPE- Protección debe de ser usada durante el día y no debe de ser removida.
- Todos los participantes y espectadores deben de regresar a sus vehículos en el evento de clima inclemente.
- Cuando sea posible, los individuos en el carro deben de limitarse a solo los miembros de su propia familia. Si miembros que no son de la familia están presentes, todos en el vehículo deben de usar mascarilla.

## Después del Juego

Los saludos de manos deben de ser remplazados con aplausos en línea a distanciamiento. Todos los jugadores, técnicos, oficiales, y espectadores deben de salir de las instalaciones de inmediato después del juego.

## Espectadores

Ningún espectador debe de asistir a un juego si tienen síntomas de Covid-19.

STX recomienda el limitar el número de espectadores por familia de cada jugador para limitar puntos de contacto.

- a. Es altamente recomendable que solo (1) espectador por familia acuda al juego.
- b. Si deben de ir más de un miembro de la familia, la unidad de la familia solo debe incluir gente que viva en la misma casa.
- c. Estas unidades familiares deben de sentarse juntos y mantener distancia social de las otras familias antes, durante y después del evento.
- d. Participantes sin supervisión (hermanos y mascotas) no se debe permitir que estén en el evento.

Los espectadores deben de mantenerse fuera de la cancha, practicar la distancia social apropiada, y utilizar mascarilla y cubrirse la cara. Durante todo el evento como lo manda las reglas estatales y locales. Cualquier espectador que no siga las reglas publicadas puede ser removido de las instalaciones.

### **Orientación de administración general en juegos y competiciones.**

Siempre cumplir con las reglas locales, estatales, y federales para jugar en competencias y jugar en ligas. Las recomendaciones para la administración incluyen lo siguiente:

- Los administradores deben de prepararse para comunicarse en cualquier línea a seguir acerca de la salud y la seguridad que sea específica a la organización, los participantes, incluyendo jugadores, técnicos, árbitros, administradores, padres, voluntarios por avanzado.
- Las organización pueden consideran enmendar el documento de renuncia durante la registración para comunicar el riesgo inherente de competir durante el Covid 19.
- Los administradores deben de estar conscientes del riesgo de participar en un evento que no esté sancionado por South Texas Youth Soccer regreso a jugar.
- El enseñar con ejemplo propio como seguir y participar en el cumplimiento de las reglas.
- Debe de estar preparado para hacer ajustes a sus reglas y planes/recomendaciones de su organización y competencias.
- Los administradores deben de comunicar de más las pólizas, reglas, recomendaciones para todos los participantes.

### **Coordinadores de Seguridad**

Cada club, equipo e instalaciones deben considerar nombrar a alguien como la persona coordinador designado de seguridad. Si es posible, sería ideal que tengan entrenamiento medico (entrenadores atléticos o enfermeras). El coordinador de seguridad debe de conocer las instalaciones, la liga, y la acción de plan del Covid 19. Los programas también pueden considerar tener a su propio coordinador de seguridad llevar acabo el revisar la temperatura y revisar las formas de bienestar. Ejemplares de formas de bienestar y cuestionarios están localizados en Appendix.

Si hay una controversia entre el coordinador de la instalación y uno de los participantes, es la responsabilidad del coordinador de seguridad el determinar que el participante (atleta, técnico, oficial) este claro para jugar. El coordinador debe de mantener un registro claro acerca de todos los participantes que acudieron al evento.

Las recomendaciones para el coordinador de seguridad están incluida en el Appendix.

## **Acción de Plan del Covid-19**

Un Plan de acción de Covid-19 debe de ser parte de todas las organizaciones juveniles planeando entrenamiento y competencias. El plan debe de delinear los pasos a tomar que necesitan un atleta, técnico, participante o espectador si llegan a enfermarse o salen positivos del Covid 19.

## **Instalaciones**

Todas las instalaciones y operadores de eventos deben de tener un plan de acción para el Covid-19. Y poder enmendar su plan de emergencia, para incluir el riesgo de la mitigación acerca de enfermedades contagiosas. Este plan debe de ser comunicado a todos los participantes del evento antes del evento y publicados en la página de internet y en la instalación. Cartelones en el evento deben de incluir, pero no ser limitados a los procedimientos y pólizas, los síntomas del Covid 19, el posible riesgo del comportamiento, marcadores de distancia para los baños y líneas de concesión, reglas en lavado de manos en los baños, y el cerrado de áreas (patio de recreo, vestuarios).

## **Qué hacer si alguien sale positivo**

Todas las organizaciones deben de considerar implementar varias estrategias para prepararse para cuando alguien se enferme. Este protocolo debe de ser incluido en el plan de acción del Covid-19 y comunicado a todos los miembros. También se debe de seguir el protocolo de reportar inmediatamente del South Texas Youth Soccer Association.

## **Pautas del CDC**

El CDC [recomienda las siguientes acciones](#) si alguien en tu equipo, club o instalación se enferma.

- Comunique el criterio de empezar la insolación en casa.
  - o Técnicos, empleados, o jugadores enfermos no deben de regresar hasta que satisfacen todo el criterio del CDC y puedan discontinuar [el aislamiento en casa](#).



- o Individuos que están enfermos deben de irse a su casa o a una facilidad médica, dependiendo en lo severo de sus síntomas.
  - o Los individuos que hayan tenido [contacto cercano](#) con alguien que se sospecha o es un caso confirmado también debe de separarse e irse a casa.
  - o Aislar y transportar a cualquier persona enferma.
  - o Establecer procedimientos para transportar de una manera segura a su casa o centro médico a quien sea que este enfermo.
- Limpiar y Desinfectar
  - o Cerrar todas las áreas usadas por personas enfermas y no usar esas áreas hasta que se hayan [limpiado y desinfectado](#). (Para áreas afuera, esto debe incluir todas las superficies compartidas y objetos en el área si es aplicable)
- Notificar a los oficiales de salud y a los contactos cercanos
  - o En acuerdo con la privacidad local y de estado y las leyes y regulaciones de confiabilidad, las organizaciones de deportes juveniles deben de notificar a los oficiales locales de Salud y seguir el protocolo de South Texas Youth Soccer Association de reportar de inmediato mientras sigue manteniendo la confidencialidad.

## Protocolo de reportar del Sur De Texas

Estos protocolos están en efecto desde el 31 de Julio, 2020.

1. Cualquier individuo que sospeche que puede tener o tiene el Covid 19 debe de notificar a su técnico de inmediato.
2. Cualquier equipo que sospeche un caso de Covid 19 debe de notificar al coordinador de seguridad de su club de inmediato.
3. Cualquier club que reciba una notificación de in caso de Covid 19 en un jugador, empleado, técnico, o árbitro debe de seguir su plan de acción del Covid 19. Y contactar a todas las personas dentro del club que pudieron estar en contacto con el individuo en los últimos 14 días antes del diagnóstico del Covid 19. Por favor sigan los requerimientos de confiabilidad.

4. Cualquier árbitro que sospeche un caso de Covid 19 debe de notificar al director de su liga y al cedente de los árbitros que hayan trabajado en competencias con el individuo en los últimos 14 días.
5. Cualquier club que sea notificado de un caso de Covid 19 en un jugador, empleado, técnico, árbitro, debe de notificar a todas las organizaciones con las cuales estuvo involucrado en juegos de competencia en los últimos 14 días antes del diagnóstico del Covid 19.
6. Cualquier club que sea notificado de un caso de Covid 19 en un jugador, empleado, técnico, árbitro, debe de notificar al director de la liga y a la oficina del Sur de Texas de inmediato.
7. Cualquier equipo con más de 3 casos confirmados positivos del Covid 19 se considerara un brote dentro de su equipo and debe de pausar toda la actividad del equipo hasta que todos los participantes hayan completado su cuarentena individual de acuerdo con [los reglamentos del CDC](#).
8. Todos los reportes deben de mantenerse confidenciales en acuerdo al acto de American con discapacidad. (ADA) y todas las leyes y regulaciones que apliquen.

## **Cuando regresar a jugar después de un caso de infección confirmado o sospecho del Covid- 19**

Los programas deben de incluir un plan de regreso a jugar después de la enfermedad de Covid 19 en su plan de acción de Covid 19. El criterio del CDC [para discontinuar el aislamiento en casa y la cuarentena](#) les puede informar de las pólizas.

Estas recomendaciones tienen la intención de guiar las decisiones a tomar de los participantes con una infección que se sospeché o confirmada del Covid- 19 para reducir el riesgo de la enfermedad y la transmisión, y pueden cambiar en cualquier momento. Comprobar con los proveedores de la salud siempre es recomendado antes de regresar a cualquier actividad.

Un jugador, técnico, oficial o empleado que sospeche o sea un caso confirmado de un laboratorio del Covid 19 no puede asistir a entrenamientos, juegos o eventos hasta que:

- a. Por lo menos hayan pasado 10 días desde que los síntomas primero aparecieron.
- b. Por lo menos 3 días (72 horas) desde que todos los síntomas hayan pasado.

○

- c. Un resultado negativo de un examen autorizado de SARS-CoV-2 de por lo menos 2 muestras coleccionadas en 24 horas de separado.
- d. Por lo menos 14 días desde que se supo la exposición sin síntomas.

El periodo de la incubación viral puede durar de 2-14 días después de ser expuesto.

## Recursos

### U.S Soccer Play On

U.S Soccer ha producido una guía comprensiva para planear el regreso al juego llamada [Play On](#). Nosotros recomendamos extremadamente que toda la comunidad de South Texas Youth Soccer se familiarice con este recurso y siga a U.S Soccer en todas sus redes sociales para mantenerse al día e informados. Por medio de PLAY ON, U.S Soccer comparte una cobertura de recursos a través de las 5 fases del regreso al juego para asegurar la seguridad de todos sus participantes. La campana planeada crecerá para incluir videos, infografías, y otros recursos y material. Todos los recursos estarán disponibles en un centro de información virtual.

### Glosario de términos

**Cohorte** Una cohorte es definida como un grupo de participantes. Esto puede ser el Tamaño de la lista de un equipo o más pequeño y puede ser sujeto a recomendaciones del estado o locales del tamaño de un grupo. Una cohorte es usada en el soccer juvenil para prácticas y no debe de exceder a más de 25 personas por vaina, incluyendo jugadores y técnicos. Cohortes no deben de ser mezclados con otras cohortes para minimizar el contacto y la potencial de difundir y poder rastrear a todos los sospechosos de casos confirmados.

**Coordinador de Seguridad**

El coordinador de seguridad es responsable de implementar un programa de seguridad y los protocolos de una acción de plan para el Covid-19. Si es posible lo ideal es que tengan entrenamiento medico por ejemplo un entrenador médico o enfermeras/os. El coordinador de seguridad debe de conocer las instalaciones, la liga, y el plan de acción del Covid-19. Los programas también pueden querer que el coordinador de seguridad conduzca el revisar la temperatura sin contacto o que mantenga las formas de selección

del bienestar. Ejemplos de las formas del bienestar están localizadas en el [Appendix](#).

## Fase

La fase provee la estructura para gradualmente poder regresar a jugar en estos tiempos sin precedente de la pandemia del Covid 19. Incluyendo dentro de y entre las fases específicas con los pasos a tomar que se deben de considerar y ser implementados. Los miembros deben de ser informados de las fases de regreso a juego de South Texas Youth Soccer y así estar preparados si es necesario mantenerse en la fase que está al corriente o regresarse a una fase anterior para asegurar la seguridad de todos los participantes. No procedan a la siguiente fase si esa no es compatible con las recomendaciones de South Texas Youth Soccer.

## Plan de Acción de Covid-19

South Texas Youth Soccer recomienda fuertemente que todos los programas establezcan un plan de acción escrito acerca del Covid-19 para documentar los procedimientos y respuestas requeridas por todos los miembros, incluyendo jugadores, familias, técnicos, administradores, empleados y voluntarios en la fase del desarrollo de la pandemia. El plan de acción es similar a un [Plan de Acción de Emergencia](#) y debe de ser ajustado a las necesidades específicas del programa, club, asociación o competición. El plan debe de estar disponible para todos los miembros para revisar, y el coordinador de seguridad debe de estar informado acerca del plan de acción de Covid-19.

## Recursos Adicionales

[CDC- Guidance for Cleaning and Disinfecting Facilities](#)

[State of Texas Guidelines](#)

[U.S. Soccer PLAY ON](#)

[U.S. Soccer PLAY ON Webinars](#)

[Guía de Recomendaciones de Fútbol de la Federación](#)

[U.S. Youth Soccer Return to Activity Resources](#)

[USOPC Coronavirus Resources](#)

[USOPC – Coping with the Impact of Coronavirus for Athletes](#)

[CDC - Deciding to Go Out](#)

[CDC Coronavirus Updates](#)

[CDC Advice – How to Protect Yourself and Others](#)

[CDC – Consideration for Youth Sports](#)

[CDC – Workplace Decision Tree](#)

[CDC – Camp Decision Tree](#)

[CDC – Community Mitigation Strategies](#)

[CDC- Guidance for Sports Facilities](#)

[CDC- Qué hacer si está enfermo](#)

[FIFA COVID-19 Resources](#)

[FIFA Risk Assessment Tool](#)

[WHO Hand Washing Steps \(Video\)](#)

[WHO Mass Gathering Guidelines Worksheet](#)

[WHO Advice for Public](#)

[US Center for Safe Sport Digital Safety](#)

[US Soccer Recognize to Recover – COVID-19 and Mental Health](#)

[Aspen Institute's Project Play - Coronavirus and Youth Sports](#)

## **Appendices**

[Sample South Texas Youth Soccer Phase 1 Training Activities](#)

[Sample Player Health Check Questionnaire](#)

[Sample Coach/Staff Health Check Questionnaire](#)

[Sample Pre-Check Health Form](#)

[Sample Pre-Check Camp/Clinic Health Form](#)

[Sample Reporting Form](#)

[Sample Player Checklist Gameday](#)

[Sample Coach Checklist for Training- U.S. Soccer Play On](#)

[Sample Parent Checklist for Training- U.S. Soccer Play On](#)

[Sample Club/Organization Checklist for Training- U.S. Soccer Play On](#)

[Responsibilities of a Safety Coordinator](#)

[Sample COVID-19 Action Plan](#)

[Sample COVID-19 Action Plan List](#)

[Sample Facilities/Field Map](#)

[Sample Player Waiver- North Texas Youth Soccer](#)

[Sample Player Waiver- Michigan Youth Soccer](#)

[Sample Coach Waiver- Ohio North Youth Soccer](#)