



Protocolo Sanitario Salidas Ramas deportivas en contexto Covid-19

ACTIVIDAD:

FECHA:

HORA:

LUGAR:

DIRECCIÓN:

DOCENTE RESPONSABLE:

1. Antes de subir al bus los alumnos(as):

- Deberán responder encuesta de signos y síntomas asociados a Covid-19, que realizará el o la profesora a cargo y se deberán adoptar la siguiente conducta:

Conducta:

- 1. Positivo al signo o sintoma 1, 2 o 3:** Se considera como sospechoso y debe ser aislado de forma inmediata, para luego gestionar su traslado a un centro asistencial.
- 2. Positivo a 2 de los signos o síntomas del 4 al 15:** Se considera como sospechoso y debe ser aislado de forma inmediata, para luego gestionar su traslado a un centro asistencial.

- Deberán higienizar sus manos con solución de alcohol gel.
- Deberán controlar su temperatura corporal (por un adulto), si el alumno(a) presenta fiebre, se deberá derivar a la enfermería.
- Deberán portar mascarilla desechable, idealmente KN95, de lo contrario mascarilla clínica tres pliegues.

2. Durante el trayecto en bus:

- No se encuentra permitido comer ni beber líquidos.
- Uso obligatorio de mascarilla (cubriendo boca y nariz).
- Se deberán mantener las escotillas del bus abiertas y/o ventanas, que no impliquen riesgos para los alumnos, para mantener ventilación permanente.
- No compartir utensilios personales.

3. Actividades comunes en espacios cerrados

- Uso de mascarilla obligatorio (cubriendo boca y nariz).
- Mantener higiene de manos (solución de alcohol gel o lavado de manos con agua y jabón).
- El único momento en el que se permite el retiro de la mascarilla es para comer y/o hidratarse en lugares habilitados para esto y siempre se debe mantener la distancia física de al menos un metro entre las personas.
- Antes de comer se debe realizar lavado de manos con agua y jabón si es posible, de lo contrario con alcohol gel.
- No compartir utensilios personales.



4. **Actividad deportiva con alumnos de otros colegios:**

- Se deben realizar preferentemente en ambientes al aire libre.
- Mantener ventilación permanente de los espacios cerrados.
- Ante el uso de elementos compartidos, estos deberán ser desinfectado entre grupos de alumnos con toallitas de cloro y/o alcohol al 70%.
- Se encuentra permitido el uso de duchas y camarines solo si son individuales.
- Si la actividad deportiva lo permite, mantener distancia física de al menos un metro entre personas.
- Se encuentra permitido realizar deportes con contacto físico en espacios cerrados, siempre con uso correcto de mascarilla, la cual deber ser utilizada exclusivamente para la actividad, por lo que el profesor a cargo debe verificar el recambio de la mascarilla (antes y después).
- En las actividades deportivas, de bajo y mediano contacto físico y en las fases de bajo y mediano impacto sanitario, según Plan Paso a Paso, se puede prescindir del uso de mascarilla, por lo que su uso es voluntario y lo debe definir cada apoderado.
- Utilización de botella de uso personal para el tiempo de hidratación de la clase, la cual se debe rotular.
- Mantener especial cuidado en la intensidad física de la actividad, dado el uso de mascarilla.
- Generar espacios de oxigenación para los alumnos, durante la actividad física, en un lugar al aire libre y manteniendo un metro de distancia entre personas.

5. **Riesgo de contagio**

- **Bajo riesgo:** Actividades físicas individuales, sin contacto y que es posible mantener distancia física durante períodos en la actividad. Por ejemplo:
 - ✓ Bádminton, Vóleibol, Fútbol, Gimnasia Rítmica, Atletismo:
- **Mediano riesgo:** Actividades que implican contacto físico intermitente. Por ejemplo:
 - ✓ Escalada, Basket, Acrosport:
- **Alto riesgo:** Actividades que implican contacto físico constante, ejemplo:
 - ✓ Artes marciales, lucha, entre otros.



6. Pauta de Monitoreo de signos y síntomas:

PAUTA PARA MONITOREO DE SIGNOS Y SINTOMAS

| Signos o síntomas | SI | NO |
|--|----|----|
| 1. Fiebre ($\geq 37,8^{\circ}\text{C}$) | | |
| 2. Pérdida brusca y completa del olfato | | |
| 3. Pérdida brusca y completa del gusto (ageusia) | | |
| 4. Tos | | |
| 5. Congestión nasal | | |
| 6. Dificultad para respirar (disnea) | | |
| 7. Aumento de frecuencia respiratoria (taquipnea) | | |
| 8. Dolor de garganta (odinofagia) | | |
| 9. Dolor muscular (mialgia) | | |
| 10. Debilidad general o fatiga | | |
| 11. Dolor en el pecho (dolor torácico) | | |
| 12. Calofríos | | |
| 13. Diarrea | | |
| 14. Pérdida del apetito (anorexia) o náuseas o vómitos | | |
| 15. Dolor de cabeza (cefalea) | | |

Conducta:

1. Positivo al signo o síntoma 1, 2 o 3: Se considera como sospechoso y debe ser aislado de forma inmediata, para luego gestionar su traslado a un centro asistencial.
2. Positivo a 2 de los signos o síntomas del 4 al 15: Se considera como sospechoso y debe ser aislado de forma inmediata, para luego gestionar su traslado a un centro asistencial.



7. Nómina de deportistas

| APELLIDO | NOMBRE | CATEGORÍA | CURSO | RUT |
|-----------------|---------------|------------------|--------------|------------|
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |