

# Protocolo Sectorial para Juegos Deportivos Nacionales

Fecha de elaboración:	6 de Julio 2021
Fecha de la última actualización:	16 de Agosto 2021
Aprobado por:	Karla Alemán Cortés Ministra del Deporte
La persona usuaria es responsable de obtener la revisión actual antes de utilizar este documento.	

para los Juegos Deportivos Nacionales

---

Contenido

1.0 Propósito .....3

2.0 Objetivo .....3

3.0 Alcance .....4

4.0 Documentos de Referencia .....4

5.0 Definiciones.....6

7.0 Principios ..... 10

8.0 Pre - requisitos de implementación..... 10

9.0 Higiene y desinfección ..... 14

10.0 Actuación ante casos confirmadas con COVID -19 ..... 16

11.0 Logística de competencia. .... 18

12.0 Comunicación ..... 29

13.0 Aprobación, seguimiento y observancia ..... 30

14.0 Anexos..... 31

para los Juegos Deportivos Nacionales

**1.0 Propósito**

El siguiente protocolo surge en el marco de la declaratoria de estado emergencia nacional en todo el territorio de la República de Costa Rica, oficializada mediante Decreto Ejecutivo 42227-MP-S producto del COVID-19 y dadas las características de la pandemia y las formas diversas del contagio del virus.

Este documento está sujeto a ser actualizado permanentemente con el objeto de que responda en todo momento a las necesidades y lineamientos sanitarios vigentes.

Este protocolo fue elaborado por representantes de las siguientes organizaciones:

Participantes	Organización
Evelyn Arroyo Villalobos	MIDEPOR, Asesora de Ministra del Deporte
Grettel Córdoba López Andrés Carvajal Cartín	ICODER, Comisión Técnica Asesora de protocolos MIDEPOR
Daniela Cruz Mejía	Comisión Técnica Asesora de protocolos MIDEPOR
Luis Nicholson Vives Josué Arbaiza Bonilla	Programa Juegos Deportivos Nacionales, ICODER

**2.0 Objetivo**

La aplicación de este documento va dirigida al desarrollo de los eventos del programa de Juegos Deportivos Nacionales en todo el territorio nacional, como parte de las acciones preventivas y de mitigación dictadas por el Ministerio de Salud, para atender la pandemia del COVID-19. Además, pretende:

1. Mantener una regulación segura y controlada por parte de las autoridades competentes en el desarrollo de las competiciones deportivas en las diferentes etapas de Juegos Deportivos Nacionales en los espacios públicos y privados.
2. Garantizar de manera conjunta con las entidades deportivas locales y nacionales competencias sin presencia de público, así como el cumplimiento de las disposiciones sanitarias.

## para los Juegos Deportivos Nacionales

---

El evento comprende las siguientes actividades competitivas:

1. Fogues Preparatorios.
2. Eventos Clasificatorios Regionales e Interregionales.
3. Eventos Clasificatorios Nacionales.
4. Etapa de final Nacional.

### 3.0 Alcance

El presente documento va dirigido para su aplicación a los Comités Cantonales de Deporte y Recreación, Federaciones y Asociaciones Deportivas que desarrollan y ejecutan las competencias en instalaciones públicas o privadas del deporte y contempla a todas las personas involucradas: atletas, para atletas, cuerpo técnico, personal administrativo, periodistas, jueces, asistentes deportivos, cuerpo médico, similares.

### 4.0 Documentos de Referencia

- Decreto ejecutivo 42227-MP-S. Declaración de estado de emergencia nacional: <https://www.presidencia.go.cr/bicentenario/wp-content/uploads/2020/03/Decreto-Ejecutivo-42227-Emergencia-Nacional.pdf>
- Decreto Ejecutivo N° 42317-MTSS-S. La activación de protocolos y medidas sanitarias en los centros del trabajo por parte de las comisiones y oficinas o departamentos de salud ocupacional ante el COVID-19: [https://www.cso.go.cr/legislacion/decretos\\_normativa\\_reglamentaria/Decreto%20Ejecutivo%2042317%20salud%20ocupacional.pdf](https://www.cso.go.cr/legislacion/decretos_normativa_reglamentaria/Decreto%20Ejecutivo%2042317%20salud%20ocupacional.pdf)
- Directriz N° 073-S-MTSS. Sobre las medidas de atención y coordinación interinstitucional ante la alerta sanitaria por coronavirus (COVID-19): <http://www.mtss.go.cr/elministerio/biblioteca/documentos/Directriz%20073-S-MTSS.pdf>
- Directriz N° 077-S-MTSS-MIDEPLAN. “Dirigida a la Administración Pública Central y Descentralizada: sobre el funcionamiento de las instituciones estatales durante la declaratoria de emergencia nacional por COVID-19”: [https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre\\_ministerio/prensa/decretos\\_cvd/directriz\\_077\\_s\\_mtss\\_mideplan\\_funcionamiento\\_instituciones\\_publicas.pdf](https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/decretos_cvd/directriz_077_s_mtss_mideplan_funcionamiento_instituciones_publicas.pdf)
- Medidas administrativas temporales para la atención de actividades de concentración masiva debido a la alerta sanitaria por COVID-19, en su versión actual: [https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre\\_ministerio/prensa/docs/medidas\\_administrativas\\_temporales\\_atencion\\_actividades\\_concentracion\\_masiva\\_09102020.pdf](https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/medidas_administrativas_temporales_atencion_actividades_concentracion_masiva_09102020.pdf)
- Directriz 082-MP-S: Protocolos sectoriales para una reapertura segura, en su versión actual: <https://covid19.go.cr/wp-content/uploads/2020/05/Protocolos-Sectoriales-Instituciones-y-sectores.pdf>
- Guía para la prevención, mitigación y continuidad del negocio por la pandemia del COVID-19 en los centros de trabajo, en su versión actual: [https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre\\_ministerio/prensa/docs/guia\\_continuidad\\_negocio\\_v1\\_21042020.pdf](https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/guia_continuidad_negocio_v1_21042020.pdf)

## para los Juegos Deportivos Nacionales

- INTE/DN-MP-S-19:2020. “Requisitos para la elaboración de protocolos sectoriales para la implementación Directrices y Lineamientos sanitarios para COVID-19”, en su versión actual: [https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre\\_ministerio/prensa/caja\\_herramientas/requisito\\_protocolos\\_sectoriales\\_13052020.pdf](https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/caja_herramientas/requisito_protocolos_sectoriales_13052020.pdf)
- Lineamientos generales para oficinas con atención al público (Bancos, correos, instituciones del Estado, Poder Judicial, empresas privadas de servicios) debido a la alerta sanitaria por Coronavirus (COVID-19), en su versión actual: [https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre\\_ministerio/prensa/docs/lineamiento\\_general\\_servicios\\_atienden\\_publico\\_v1\\_17032020.pdf](https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/lineamiento_general_servicios_atienden_publico_v1_17032020.pdf)
- Lineamientos generales para propietarios y administradores de Centros de Trabajo por Coronavirus (COVID-19), en su versión actual: [https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre\\_ministerio/prensa/docs/ls\\_cs\\_009\\_lineamiento\\_general\\_propietarios\\_administradores centros trabajo\\_08072020\\_v7.pdf](https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/ls_cs_009_lineamiento_general_propietarios_administradores centros trabajo_08072020_v7.pdf)
- Lineamientos Nacionales para la Vigilancia de la enfermedad COVID-19, en su versión actual: [https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre\\_ministerio/prensa/docs/ls\\_vs\\_001\\_Version\\_1\\_7\\_Vigilancia\\_COVID19\\_22\\_12\\_2020.pdf](https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/ls_vs_001_Version_1_7_Vigilancia_COVID19_22_12_2020.pdf)
- LS-VG-003. Lineamientos generales para el seguimiento y levantamiento de actos administrativos (orden sanitaria) de aislamiento domiciliar por COVID-19, en su versión actual: [https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre\\_ministerio/prensa/docs/lineamientos\\_seguimiento\\_aislamiento\\_v9\\_03022021.pdf](https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/lineamientos_seguimiento_aislamiento_v9_03022021.pdf)
- LS-SS-006. Lineamientos generales para el uso del Equipo de Protección Personal (EPP), para prevenir la exposición al COVID-19 en Servicios de Salud y Centros de trabajo. [https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre\\_ministerio/prensa/docs/ls\\_ss\\_006\\_lineamientos\\_generales\\_uso\\_EPP\\_19102020.pdf](https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/ls_ss_006_lineamientos_generales_uso_EPP_19102020.pdf)
- LS-PG-007. Lineamientos básicos de conducta para reducir el riesgo de transmisión de COVID-19, asociados a la responsabilidad individual: [https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre\\_ministerio/prensa/docs/ls\\_pg\\_007\\_responsabilidades\\_individuales\\_06072020\\_v1.pdf](https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/ls_pg_007_responsabilidades_individuales_06072020_v1.pdf)
- LS-PG-008. Lineamientos generales para limpieza y desinfección de espacios físicos ante el Coronavirus (COVID-19). en su versión actual: [https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre\\_ministerio/prensa/docs/ls\\_pg\\_032\\_limpieza\\_desinfeccion\\_29052020.pdf](https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/ls_pg_032_limpieza_desinfeccion_29052020.pdf)
- Protocolo Sectorial Deporte y Recreación, en su versión actual: <https://www.icoder.go.cr/documentos/func-startdown/2465/>
- Código de la niñez y la adolescencia Ley N° 7739: <https://pani.go.cr/descargas/bibliografia-recursos-humanos/557-codigo-de-la-ninez-y-la-adolescencia/file>
- LS-VS-011 Lineamiento general para atletas y Para- atletas de alta competición y de Representación Nacional en eventos oficiales, en el marco de la alerta por COVID-19, en su versión actual: [https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre\\_ministerio/prensa/docs/ls\\_vs\\_011\\_atletas\\_para\\_atletas\\_alta\\_competicion\\_23112020.pdf](https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/ls_vs_011_atletas_para_atletas_alta_competicion_23112020.pdf)

## para los Juegos Deportivos Nacionales

- Lineamientos para funcionamiento de centros o espacios de acondicionamiento físico para la realización de actividad física sin contacto físico. [https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre\\_ministerio/prensa/docs/ls\\_cs\\_006\\_centros\\_acondicionamiento\\_fiisico\\_22052020.pdf](https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/ls_cs_006_centros_acondicionamiento_fiisico_22052020.pdf)
- LS-VS-001. Lineamientos Nacionales para la Vigilancia de la enfermedad COVID-19. [https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre\\_ministerio/prensa/docs/ls\\_vs\\_001\\_version\\_1\\_9\\_vigilancia\\_covid19\\_31032021.pdf](https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/ls_vs_001_version_1_9_vigilancia_covid19_31032021.pdf)

## 5.0 Definiciones

- **Los coronavirus (CoV):** son una amplia familia de virus que pueden causar diversas
- afecciones, desde el resfriado común hasta enfermedades más graves, como ocurre con el coronavirus causante del síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS-CoV) y el que ocasiona el síndrome respiratorio agudo severo (SARS-CoV). El coronavirus nuevo es un virus que no había sido identificado previamente en humanos.
- **Tipos:** Es importante tener en cuenta que existen otros cuatro coronavirus humanos endémicos a nivel global: HCoV-229E, HCoV-NL63, HCoV-HKU1 y HCoV-OC43. Estos coronavirus son diferentes al nuevo coronavirus llamado SARS-CoV-2 que produce la enfermedad llamada COVID-19.
- **COVID-19:** Es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente, se transmite por contacto con otra que esté infectada por el virus. La enfermedad puede propagarse de persona a persona a través de las partículas procedentes de la nariz o la boca que salen despedidas cuando una persona infectada habla, tose o estornuda, también si estas gotas caen sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, de modo que otras personas pueden tocar estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca (OPS/OMS, 2020).
- **Aislamiento:** Lapso en que una persona infectada por COVID-19 debe estar alejada de otras personas, incluso en su casa (Ministerio de Salud, 2021).
- **Cuarentena:** Lapso en el que una persona que pudo estar expuesta al virus debe estar alejada de otras personas (Ministerio de Salud, 2021).
- **Equipo de protección personal (EPP):** Cualquier equipo destinado a ser llevado o sujetado por el trabajador o trabajadora para que le proteja de uno o varios riesgos que puedan amenazar su seguridad o su salud en el trabajo, así como cualquier complemento o accesorio destinado a tal fin (Universidad de Valencia, 2020).
- **Umbral de ciclo (Ct por sus siglas en inglés de Cycle threshold):** es el valor en el cual la detección de cada uno de los genes del virus estudiado en la muestra del paciente sobrepasa el umbral de negativo a positivo definido por la técnica de análisis (es diferente en cada kit comercial). El valor del Ct no debe ser determinante para el manejo clínico del paciente (este debe ser por sintomatología y severidad), puede ser utilizado solo indirectamente como un valor de referencia de la carga viral y puede estar afectado por múltiples factores desde el tiempo transcurrido después de la infección, la correcta toma de muestra, la técnica de procesamiento, correcto análisis, controles, etc (Ministerio de Salud, 2021).
- **Variantes de SARS CoV-2 de interés para la salud pública:** Existen diversas variantes del virus que son de interés en salud pública, por ser más transmisibles, cargas virales más altas, entre otros, las más comunes son las siguientes, Variante VOC 202012/01, linaje B.1.1.7,

## para los Juegos Deportivos Nacionales

Variante 501.V2, linaje B.1.351, Linaje B.1.1.28, Variante P.1, linaje B.1.1.28, E484K, K417N (variante de Brasil), L452R (variante de USA) (Ministerio de Salud, 2021).

- **Caso sospechoso:** El caso sospechoso contempla las siguientes posibilidades: Persona con infección respiratoria aguda (fiebre y al menos un signo o síntoma de enfermedad respiratoria (por ejemplo, tos, dificultad respiratoria, dolor de garganta, congestión nasal) (Ministerio de salud, 2020).
- **Caso Probable:** El caso probable contempla las siguientes posibilidades: 1. Un caso sospechoso para quien la prueba para el virus COVID-19 no es concluyente. 2. Un caso sospechoso para quien la prueba no pudo realizarse por algún motivo (Ministerio de salud, 2020).
- **Caso Confirmado:** Corresponde a una persona a quien se la ha confirmado, la infección por el virus que causa la enfermedad COVID-19, indistintamente de los síntomas y signos clínicos. La confirmación la harán los laboratorios públicos y privados que cuenten con una prueba de PCRRT capaz de identificar genes de SARS-CoV-2, que cuenten con autorización de una entidad regulatoria externa tal como FDA o su equivalente, debidamente autorizada por el Ministerio de Salud, así como el Centro Nacional de Referencia de Virología de Inciensa. Definición de IRAG: La persona se clasifica como IRAG si presenta: Historia de fiebre o fiebre de 38°C o más y, Dolor de garganta o tos y, Disnea o dificultad respiratoria y, con aparición dentro de los últimos 10 días, y necesidad de hospitalización (según criterios establecidos en el Protocolo Nacional de Vigilancia de la persona con Influenza y otras virosis) (Ministerio de salud, 2020).
- **Contacto directo:** Cualquier persona que haya entrado en contacto (a un metro o menos) con un caso confirmado durante el periodo sintomático, incluidos cuatro días antes de la aparición de los síntomas (Ministerio de salud, 2020).
- **Casos de reinfección por COVID-19:**

**Caso Sospechoso:**

1. Persona con o sin síntomas que haya sido positivo para SARS-CoV-2 por laboratorio y que en un lapso  $\geq 90$  días desde la FIS del primer episodio tenga resultados positivos de RT-PCR o antígeno para SARS-CoV-2; en el caso de las personas sintomáticas se deben descartar infecciones por otro agente infeccioso y se demuestre que haya estado sin ningún síntoma relacionado a la enfermedad entre ambos episodios.
2. Persona que requiere hospitalización por una condición clínica compatible con COVID-19, que haya sido positivo para SARS-CoV-2 por laboratorio con resultados positivos de RT-PCR o antígeno para SARS-CoV-2 después de un lapso  $\geq 45$  días desde la FIS del primer episodio, siempre que se haya descartado infecciones por otro agente infeccioso y se demuestre que haya estado sin ningún síntoma relacionado a la enfermedad entre ambos episodios.

**Caso probable:**

1. Caso sospechoso en el que: Se haya identificado claramente un contacto positivo por laboratorio en el segundo episodio que generó el contagio a la persona en estudio.
2. Se pueda obtener el Ct de los resultados de laboratorio de los dos episodios, siempre que estos sean comparables entre sí (misma metodología/kit de diagnóstico, marcadores genéticos) y que sean ambos menores a un valor de 30.

para los Juegos Deportivos Nacionales

---

Caso confirmado:

1. Caso sospechoso o probable en el que: Se obtenga la información del genoma completo del virus tanto de la primera como segunda muestra y se pueda determinar que ambos virus son distintos según las orientaciones provisionales para la detección de casos de reinfección por SARS-CoV-2 de la Organización Panamericana de la Salud del 29 de octubre 2020 y sus actualizaciones.

Nota: A nivel internacional se tiene evidencia de reinfecciones por SARS-CoV-2, en nuestro país se están realizando análisis de casos de personas que podrían catalogarse en alguna de estas definiciones, cuyo comportamiento ha sido en un lapso promedio de 115 días (rango 46-183) con un comportamiento variable en la primera y segunda infección. Esto quiere decir que las reinfecciones son posibles y que no se deben descuidar las medidas de protección. Establecer el estatus de reinfecciones confirmadas es difícil en el país debido a las limitaciones existentes para tener la secuenciación genética de los virus del primer y segundo episodio (Ministerio de Salud, 2020).

- **Reanimación cardio pulmonar:** Es una técnica que salva vidas, útil en muchas emergencias (RCP).
- **Limpieza:** Procedimiento por el cual se logra la remoción física de la materia orgánica y la suciedad. Se utiliza fundamentalmente para remover y no para matar.
- **Desinfección:** Consiste en la destrucción de las bacterias o virus ya sea por medios físicos o químicos aplicados directamente.
- **Deportes con contacto físico:** disciplina deportiva que por su naturaleza implica contacto corporal entre participantes, ya sean adversarios o compañeros (MIDEPOR, 2021).
- **Deportes en modalidad individual sin contacto físico:** disciplina deportiva en la cual la práctica se realiza sin necesidad de contacto ni acercamiento físico de menos de 2 metros de distancia entre personas (MIDEPOR, 2021).
- **Organización deportiva responsable:** cualquier organización con representación legal (federaciones, asociaciones, grupos), que lleve a cabo competiciones, entrenamientos, prácticas o similares a nivel deportivo y/o de actividad física (MIDEPOR, 2021).
- **Juegos Deportivos Nacionales:** programa deportivo a cargo del ICODER que desarrolla diferentes actividades de competición deportiva a nivel nacional dirigido a la población joven y paratletas del país. (Unidad de Programas y Proyectos, 2021).
- **Instalaciones para la práctica deportiva o recreativa:** instalaciones destinadas al deporte, la recreación y la actividad física que incluyen uno o varios espacios deportivos donde puede desarrollarse la actividad físico- deportiva. Adicionalmente, pueden incluir espacios complementarios y espacios destinados a servicios auxiliares. Los espacios que la conforman deben estar situados en un recinto común y tener un funcionamiento dependiente y homogéneo.
  1. **Instalaciones abiertas:** espacio destinado para la práctica de actividades deportivas o recreativas que no cuenta con cerramiento perimetral (parques, polideportivos).



## para los Juegos Deportivos Nacionales

---

2. **Instalaciones cerradas al aire libre:** espacio destinado para la práctica de actividades deportivas o recreativas que cuenta con cerramiento perimetral, que le garantiza establecer controles de acceso para las personas usuarias.
  3. **Instalaciones cerradas con cubierta de techo: espacio** destinado para la práctica de actividades deportivas o recreativas que cuenta con cerramiento perimetral y cubierta de techo, que le garantiza establecer controles de acceso para las personas usuarias.
- **Instituto Costarricense del Deporte y la Recreación (ICODER):** Institución semiautónoma del Estado, con personalidad jurídica propia e independencia administrativa. El fin primordial del Instituto es la promoción, el apoyo y el estímulo de la práctica individual y colectiva del deporte y la recreación, tanto convencional como adaptada, de las personas habitantes de la República, actividad considerada de interés público por estar comprometida la salud integral de la población. Para tal efecto, el Instituto debe orientar sus acciones, programas y proyectos a promover, fortalecer y garantizar la participación de las organizaciones privadas relacionadas con el deporte y la recreación, dentro de un marco jurídico regulatorio adecuado, en consideración de ese interés público, que permita el desarrollo del deporte y la recreación, así como de las ciencias aplicadas, en beneficio de las personas deportistas en particular y de Costa Rica en general.
  - **Protocolo sectorial:** acuerdo entre los actores que comparten elementos comunes propios de un sector, para implementar los lineamientos establecidos por el Ente Rector de Salud. Para fines prácticos de este documento, se utilizará la palabra protocolo para referirse a los protocolos sectoriales.
  - **Residuos peligrosos:** son aquellos que, por su reactividad química y sus características tóxicas, explosivas, corrosivas, radioactivas, biológicas, bioinfecciosas e inflamables, o que por su tiempo de exposición puedan causar daños a la salud y al ambiente (Ley 8839).
  - **Residuos sólidos no valorizables:** Residuos que no tiene valor de uso o recuperación y que debe ser gestionado en un relleno sanitario u otro mecanismo autorizado por el Ministerio de Salud. ([munialajuela.go.cr](http://munialajuela.go.cr)).
  - **Residuos sólidos ordinarios:** residuos de carácter doméstico generados en viviendas y en cualquier otra fuente, que presentan composiciones similares a los de las viviendas. Se excluyen los residuos de manejo especial o peligroso (Ley 8839).
  - **Residuos sólidos valorizables:** son aquellos residuos que pueden ser recuperados de la corriente de los residuos sólidos ordinarios para su valorización (Reglamento No. 36093-S).

### 6.0 Abreviaturas

- Asociación Solidarista de Empleados del Tecnológico (ASETEC).
- Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS).
- Coronavirus 2019 (COVID-19).
- Equipo de protección personal (EPP).
- Equipos Básicos de Atención Integral de Salud (EBAIS).
- Instituto Costarricense de Investigación y Enseñanza en Nutrición y Salud (INCIENSA).
- Instituto Costarricense del Deporte y la Recreación (ICODER).

## para los Juegos Deportivos Nacionales

---

- Instituto Tecnológico de Costa Rica (ITCR).
- Infección Respiratoria Aguda Grave (IRAG).
- Ministerio de Educación Pública (MEP).
- Ministerio de Salud (MS).
- Ministra del Deporte (MIDEPOR).
- Técnico emergencias médicas (TEM).
- Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS).
- Organización Mundial de la Salud (OMS)
- Organización Panamericana de la Salud (OPS).
- Reacción en cadena de la polimerasa con transcriptasa inversa (PCR-RT)
- Administración de Medicamentos y Alimentos de los EE. UU (FDA).
- Comité Cantonal Deportes y Recreación (CCDR)

### 7.0 Principios

El sector del deporte y la recreación y sus subsectores, se comprometen a cumplir con los principios aceptados de buena conducta en el contexto de la pandemia, incluso cuando las situaciones se tornen aún más difíciles. A continuación, se presentan los principios en los cuales deben basarse:

- Rendición de cuentas
- Transparencia
- Comportamiento ético
- Construcción colectiva con las partes interesadas
- Respeto al principio de legalidad
- Respeto a los derechos humanos

### 8.0 Pre - requisitos de implementación

#### 8.1. Disposiciones Generales

- Este protocolo servirá como guía específica y complementaria para regular la reapertura de las competencias de Juegos Deportivos Nacionales 2021 en cumplimiento con los lineamientos dictados por el Ministerio de Salud en relación con la pandemia COVID-19.
- La aplicación de estos lineamientos y protocolos de atención es de acatamiento obligatorio de las organizaciones deportivas responsables y se velará por su cumplimiento en todas las actividades que esta organice y avale en torno a los eventos de Juegos Deportivos Nacionales dentro del territorio nacional.
- Debido a la situación epidemiológica de esta pandemia, estos lineamientos se revisarán de forma periódica y estarán apegados a lo que dicte el Ministerio de Salud para actividades o eventos deportivos.

## para los Juegos Deportivos Nacionales

---

- Cada instalación deportiva debe tener el permiso sanitario de funcionamiento vigente.
- Cada organización deportiva (equipos, academias, clubes, etc.) debe tener una persona representante que coordine y brinde un reporte de acatamiento y situación de contagio a la Comisión Médica Integral del ICODER. Dicha persona representante es responsable de velar por el cumplimiento, actualización y divulgación de estos lineamientos en todas las actividades de su entorno y reportar o informar sobre cualquier incumplimiento del protocolo.
- Es responsabilidad absoluta de cada organización deportiva, informar y educar a todas las personas usuarias e involucradas en la ejecución de este protocolo, sobre las medidas sanitarias y de higiene emitidas por el Ministerio de Salud, así como de la información contenida en este documento.
- Cumplir con el horario vigente establecido por el Ministerio de Salud.
- Todos los eventos deportivos se deberán realizar de modo que sólo las personas previamente autorizadas puedan ingresar a la instalación deportiva.
- Se debe informar que cualquier persona con síntomas respiratorios no podrá ingresar a las instalaciones deportivas.
- Se deberá rotular con las medidas de distanciamiento físico de 2 metros, los espacios donde las personas ingresan a la instalación deportiva.
- Se debe cumplir el aforo vigente a la fecha, según lo establecido por el Ministerio de Salud.
- Cada organización deportiva responsable deberá tener un plan de manejo de residuos sólidos.
- El ICODER en conjunto con la organización deportiva responsable deberán de garantizar el funcionamiento de las estaciones para el lavado de manos y desinfección, así como el debido cause y deposición de las aguas residuales.
- La organización deportiva recordara a los participantes cada tiempo determinado a los atletas el cumplimiento de los protocolos de salud, por medio de los alto parlantes del evento.

### 8.2. Prohibiciones

Se establecen prohibiciones para prevenir el contagio del virus COVID-19 a través de actividades relacionadas a los eventos deportivos de Juegos Deportivos Nacionales.

1. Se prohíbe cualquier tipo de actividad física a la persona que:
  - Ha tenido contacto directo con una o más personas positivas o sospechosas de COVID-19.
  - Presenta temperatura corporal igual o mayor a 38 °C.
  - Presenta sintomatología sugestiva de infección en vías respiratorias como congestión nasal, tos, agitación o dificultad respiratoria, fiebre, malestar general o pérdida del olfato o del gusto.
2. Se prohíbe asistir a una instalación deportiva sin tener autorización o cita previa.
3. Se prohíbe compartir artículos personales.
4. Se prohíbe compartir envases de bebidas.

## para los Juegos Deportivos Nacionales

---

### 8.3. La convivencia:

A continuación, se establecen una serie de medidas para reactivar las actividades humanas en convivencia con el COVID-19 de manera responsable, por ende, es importante acatar las medidas para prevenir y contener el contagio por COVID-19. La población general entre otras debe:

- Respetar la burbuja social (donde la convivencia es por personas que cohabitan juntas y no por visitantes; ya sean familiares o amigos).
- Evitar el contacto cercano con personas que están enfermas ya sea de su núcleo familiar o personas conocidas.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca ya que son zonas más vulnerables para contagio de agentes infecciosos.
- Quédese en casa cuando presente síntomas (fiebre, tos, congestión nasal, dolor de garganta) relacionados con esta enfermedad.
- Cubrirse cuando tose o estornude, utilizando el protocolo de estornudo.
- Lávese las manos a menudo con agua y jabón durante al menos 20 segundos.
- Si no hay agua y jabón disponibles, use un desinfectante para manos a base de alcohol de un grado de al menos entre 60° y 70°.
- Utilizar formas alternativas de saludar que no impliquen el contacto físico.
- Asegurar que se disponga de papel higiénico, jabón anti-bacterial, alcohol o solución en gel con una composición de al menos entre 60° y 70%, toallas de papel para el secado de manos y agua potable.
- Para más detalles ver el LS-PG-007. Lineamientos básicos de conducta para reducir el riesgo de transmisión de COVID-19, asociados a la responsabilidad individual.

### 8.4. Reglas de uso de áreas comunes

#### 8.4.1. Instalación Deportiva

1. Cada administración de la instalación deportiva debe tener al menos una persona encargada de limpieza y mantenimiento, y contar con una bitácora de cumplimiento de desinfección que permita dejar evidencia de los procedimientos y periodos de limpieza.
2. La instalación deportiva debe contar con servicios sanitarios con lavatorios limpios, dispensadores de jabón anti-bacterial líquido, alcohol en gel, papel higiénico y toallas de papel desechable para todas las personas que ingresen a la instalación deportiva.
3. Posterior a cualquier evento deportivo, las instalaciones deben ser desinfectadas una vez que han sido desocupadas.
4. Los protocolos gráficos de estornudo y tos, lavado de manos, otras formas de saludar, no tocarse la cara deben colocarse en espacios visibles de espera de atletas, tanto para conocimiento de las personas usuarias, así como sus personas colaboradoras (Ver anexos).
5. Al ingreso a la instalación deportiva, cada persona debe cumplir con su protocolo de lavado de manos o en el caso material que imposibilite la instalación de un lavamanos al ingreso, se utilizará como medida alternativa aplicar alcohol gel y dirigirse inmediatamente al lavamanos más cercano para cumplir el protocolo de ingreso.
6. Se deben lavar las manos al ingreso, durante la estadía y a la salida de la instalación deportiva (ver anexos).

## para los Juegos Deportivos Nacionales

---

7. Las personas que participan de la competencia deben ir sin acompañantes, sin embargo, en el caso de menores de edad o para atletas que requieran ser acompañadas lo podrán hacer por una persona mayor de edad y perteneciente a la misma burbuja, cumpliendo con todas las medidas generales de higiene.
8. Con relación al punto anterior la instalación deportiva debe disponer de un espacio específico para las personas acompañantes en los casos estrictamente necesarios y deberán de respetar las disposiciones del Ministerio de Salud.
9. Se debe desinfectar todos los equipos deportivos necesarios para la competencia antes, durante (cuando aplique) y después de su utilización.
10. La organización de la competencia debe garantizar el suministro de agua potable durante los horarios de apertura, esto para asegurar el constante lavado de manos las personas usuarias y para los procesos de limpieza y desinfección.
11. Se debe procurar que todas las ventanas y puertas estén abiertas a lo máximo que se pueda con el fin de que haya la mejor ventilación posible y corrientes de aire para que así no se concentren gotículas y aerosoles respiratorios contaminados con virus (mejorar el recambio de aire).

### 8.4.2. Vestidores

Si la instalación deportiva cuenta con vestidores a su disposición, se procede a tomar en cuenta los siguientes puntos:

1. Se deben limpiar y desinfectar cada 45 minutos, todas las superficies dentro de los vestidores, con productos que demuestren su eficacia ante el virus.
2. Se podrán utilizar los vestidores con una distancia mínima de 2 metros entre las personas usuarias. Dicha distancia debe estar debidamente demarcada.
3. Se debe procurar que todas las ventanas y puertas estén abiertas a su máxima capacidad. Esto con el fin de que existan corrientes de aire y la mejor ventilación posible (mejorar el recambio de aire) para no propiciar la concentración de gotículas y aerosoles respiratorios contaminados con virus.
4. Lavar paredes, lavamanos, jaboneras, perillas de duchas y puertas, con una esponja impregnada de una solución desinfectante. Se recomienda una solución de cloro al 0,5% preparada el mismo día que se va a utilizar.
5. Verificar que al terminar la limpieza los drenajes (desagües) estén despejados.

### 8.4.3. Servicios Sanitarios

1. El porcentaje de ocupación de los servicios sanitarios se deberá ajustar a las indicaciones del Ministerio de Salud y deberán rotularse los espacios que pueden ser utilizados según el distanciamiento físico de 2 metros entre personas.
2. La organización deportiva debe garantizar el buen funcionamiento de los servicios sanitarios, así como el suministro de papel higiénico, jabón líquido anti-bacterial, toallas desechables y alcohol en gel.
3. Los servicios sanitarios deben ser limpiados y desinfectados con una frecuencia de 45 minutos. Evidenciar en la bitácora de desinfección las horas en las cuales se ejecutan las limpiezas.
4. Se deben limpiar y desinfectar con productos que demuestren su eficacia ante el virus, todas las superficies que se tocan continuamente (pasamanos, perillas, entre otros).

## para los Juegos Deportivos Nacionales

---

5. Se deben colocar en espacios visibles para conocimiento de todas las personas, los protocolos de estornudo y tos, lavado de manos, otras formas de saludar, no tocarse la cara y poblaciones en riesgo (ver anexos).
6. Antes de iniciar el lavado del inodoro, se recomienda vaciar el agua del tanque al menos una vez. Posteriormente se debe esparcir la solución desinfectante (hipoclorito de sodio en una concentración de 5:100, 5 partes de cloro y 95 partes de agua) preparada el mismo día que se va a utilizar, por todas las superficies del sanitario, iniciando por la parte exterior, base, área de atrás, tuberías y bisagras.
7. Lavar paredes, lavamanos, jaboneras, perillas de duchas y puertas, con una esponja impregnada de una solución desinfectante. Se recomienda una solución de cloro al 0,5% preparada el mismo día que se va a utilizar.
8. Verificar que al terminar la limpieza los drenajes (desagües) estén despejados.
9. Se debe procurar que todas las ventanas y puertas estén abiertas a su máxima capacidad. Esto con el fin de que existan corrientes de aire y la mejor ventilación posible (mejorar el recambio de aire) para no propiciar la concentración de gotículas y aerosoles respiratorios contaminados con virus.

### 8.4.4. Grifos.

1. Evitar en la medida de lo posible el relleno de Botellas.

## 9.0. Higiene y desinfección

1. Se debe utilizar mascarilla (ver anexo).
2. La mascarilla debe tener ajuste fijo y estable, de forma que no requiera manipulación constante.
3. Indicaciones para el uso de la mascarilla:
  - a. Colocarse de manera que haya un ajuste a la nariz que no permita la transmisión de fluidos.
  - b. Lavar las manos antes y después de ponerse o quitarse la mascarilla.
  - c. No debe ser colocada sobre la cabeza o removida a otra posición.
4. Se debe mantener la distancia mínima de 2 metros entre personas (ver anexos).
5. En ningún momento se deben tocar los ojos, boca ni nariz (ver anexos).
6. Se debe toser o estornudar siempre en el antebrazo según lo establece el protocolo de tos y estornudo del Ministerio de Salud.
7. Cada persona debe portar un kit de limpieza con alcohol gel de al menos 70%, jabón antibacterial para manos, papel higiénico, 2 toallas o paños pequeños y al menos dos mascarillas en bolsas selladas (ver anexos).
8. Una vez finalizada la actividad física se debe realizar un cambio de la ropa utilizada.
9. Se deben limpiar y desinfectar con productos que demuestren su eficacia ante el virus, todas las superficies que se tocan continuamente, como pasamanos, perillas o barras de puertas, mostradores de recepción, equipo y maquinarias deportivas, entre otros.
10. El personal responsable de realizar las labores de limpieza e higiene se debe proteger con guantes y mascarilla. Una vez que termine la limpieza debe desechar los guantes de forma segura y aplicar el protocolo de lavado de manos.

## para los Juegos Deportivos Nacionales

---

### 9.1. Manejo de residuos

#### 9.1.1 Procedimiento para el manejo y eliminación de residuos

Los residuos generados durante las labores de limpieza y desinfección que no hayan estado en contacto con una persona detectada como COVID-19 positivo, deben ser clasificados y desechados según los lineamientos del Ministerio de Salud mediante la Ley 8839 y su reglamento sobre la Gestión Integral de Residuos Sólidos. Para tal fin la entidad deportiva responsable de la respectiva disciplina deberá elaborar un Plan de manejo de residuos que incluya como requisitos mínimos:

a. Información general:

- Nombre de la Competición.
- Personas responsables del manejo de residuos sólidos.
- Ubicación.
- Horarios de funcionamiento de la competición.
- Describir el tipo de desechos sólidos generados (características) y las fuentes de generación.

b. Manejo de residuos sólidos ordinarios:

b.1. Separación:

- Se recomienda colocar carteles informativos sobre los tipos de residuos que se pueden depositar en cada contenedor (rotulación).
- Cada recipiente debe contener su bolsa plástica.
- Los residuos de guantes, mascarillas, utensilios y equipos de limpieza descartables deben depositarse como residuo ordinario no valorizable, siempre que no haya estado en contacto con una persona declarada como COVID-19 positivo.
- Los galones de desinfectante, alcohol en gel y demás, corresponden a residuos valorizables.

b.2. Recolección:

- Cada vez que la bolsa llegue a un 80% de su capacidad, deberá retirarse y cerrarse por completo, para evitar el desborde.
- Definir la frecuencia de recolección y limpieza de los contenedores de residuos.
- La bolsa plástica de cada contenedor de residuos debe ser reemplazada por una nueva al momento de hacer la recolección de los residuos.
- Se recomienda lavar los recipientes cada vez que se hace el cambio de bolsa, pero de no ser posible, desinfectar la tapa y el borde superior del recipiente.
- Las personas encargadas de la recolección deberán protegerse con guantes mientras realizan estas labores.
- La persona o personas a cargo de esta labor deberán lavarse y desinfectar las manos después de colocar la (s) bolsa (s) de basura en el punto de acopio determinado.

## para los Juegos Deportivos Nacionales

---

### b.3. Acopio y almacenamiento:

- Los residuos valorizables y los residuos no valorizables deben almacenarse de manera separada, evitando que puedan mezclarse.
- El almacenamiento debe ser en sitios cerrados y de fácil limpieza, bien identificados y separados para facilitar su gestión.
- Se recomienda rociar la parte exterior de las bolsas de los residuos no valorizables que se van a desechar con solución de cloro.

### b.4. Disposición final:

- Los residuos valorizables deberán gestionarse ante una empresa debidamente autorizada por el Ministerio de Salud.
- Los residuos no valorizables deben gestionarse con el servicio de recolección municipal donde hay disponibilidad o, caso contrario, realizar la contratación para tal fin.

### c. Manejo de residuos peligrosos:

- Los residuos peligrosos deben manipularse utilizando el equipo de protección personal requeridos.
- Deben ser almacenados específicamente en bolsas de color rojo.
- El acopio de los residuos peligrosos debe realizarse en lugares techados y alejados de los centros de acopio de los demás residuos.

*9.1.2 Los residuos derivados de las tareas de limpieza y desinfección, tales como utensilios de limpieza y EPP desechables, deben ser eliminados.*

*9.1.3. Colocar recipientes con tapa y pedal (preferiblemente) para el depósito de cada uno de los diferentes tipos de residuos valorizables y no valorizables.*

*9.1.4. Forma y la frecuencia de la limpieza de los contenedores de basura dentro del lugar de competición.*

- a. Para hacer el retiro de los residuos se utilizarán guantes. Las bolsas deben estar cerradas y no se deben presionar para liberar espacio.
- b. Después del descarte de las bolsas, se procede al lavado de manos.
- c. La limpieza debe ser registrada en un formato o bitácora, y será definida según el área y tránsito de personas usuarias.

Cada subsector, federación, asociación, organización deportiva, deberá tener un plan de manejo de residuos específico, ya sea para su instalación, competencia o para la práctica del deporte.

## **10.0 Actuación ante casos confirmados con COVID -19**

- Toda persona que ha estado con síntomas de resfrío y que ha estado en contacto con personas que fueron diagnosticadas como casos sospechosos, probables o confirmados, deben acudir al centro médico más cercano para la valoración médica respectiva; durante este período el centro médico le otorgará una incapacidad por el tiempo que sea necesario. Por lo tanto, la persona que resulte como caso “sospechoso”, “probable” o



## para los Juegos Deportivos Nacionales

---

“confirmado” de COVID-19, le será prohibida la continuación de su participación deportiva, así como el ingreso o permanencia a las instalaciones deportivas.

- Si una persona que es diagnosticada como caso “probable” o “confirmado”, ya sea por un contagio dentro o fuera de la instalación deportiva debe seguir las instrucciones suministradas por el establecimiento de salud o el protocolo definido por el Ministerio de Salud para estos casos y comunicarlo de manera inmediata a la organización.
- Si la persona ha sido diagnosticada con Coronavirus (COVID19) por un médico debe:
  - Mantenerse en “aislamiento domiciliario”
  - Cumplir con las indicaciones de “aislamiento domiciliario” oficializadas por el Ministerio de Salud.

### 10.1 Registro de los casos confirmados y contactos directos

Para el registro de los casos confirmados y contactos directos de la persona colaboradora para su documentación e información al Ministerio de Salud, se deberá seguir los siguientes pasos:

- Se comunicará por parte de la autoridad asignada a todo el personal la situación y se realizará el monitoreo de las personas que presenten síntomas posteriores a la confirmación del caso, aún si no mantuvieron contacto cercano con la persona afectada.
- Si la persona confirmada tuvo contacto físico con compañeros (as) se les deberá comunicar de manera inmediata y estos deberán ser registrados y sometidos al personal médico para valorar el caso y considerar medidas de aislamiento e informar a la autoridad sanitaria a nivel local.

### 10.2 Mecanismo para reportar a la dirección de área rectora

Para reportar a la dirección de área rectora más cercana del Ministerio de Salud en caso de presentarse casos confirmados, la persona colaboradora que presenta síntomas por COVID-19, actúa de acuerdo con los siguientes pasos:

1. Comunicarse inmediatamente al Sistema de Emergencias, mediante la línea telefónica 1322 para efectos de coordinar asistencia. Sujeto al protocolo de manejo clínico de los casos sospechosos o confirmados de COVID-19 del Ministerio de Salud o de la CCSS.
2. No suministrar ningún medicamento, el centro de salud se encargará de brindar las indicaciones correspondientes.
3. Se llevará a cabo una limpieza profunda de todas las áreas que se utilizaron en el momento de la competición cuando se confirme el caso, por lo que se enviará a todo el personal para sus casas.
4. La autoridad asignada se hará cargo de levantar una lista de las personas que estuvieron en contacto directo con la persona que presenta síntomas por COVID-19, indicando nombre completo, número de teléfono y correo electrónico, para ser enviado al Ministerio de Salud.

## para los Juegos Deportivos Nacionales

---

### 11.0 Logística de competencia.

Se describen las diferentes etapas de la logística deportiva y los factores externos que pueden presentarse en las mismas.

#### 11.1 Disposiciones Generales de la Competencia:

- En toda actividad organizada o avalada por la entidad deportiva en sitios públicos o privados debe garantizar la atención médica de cualquier incidente durante el evento.
- Se debe utilizar mascarilla en todo momento. La única excepción es cuando las personas atletas participan de manera activa en la competencia.
- Los envases de hidratación deben ser de uso personal. Se recomienda que las personas porten su propia hidratación y en el caso de que esta sea brindada, los envases deben ser rotulados para garantizar el uso personal.
- Evitar rellenar envases de hidratación en los grifos de la instalación deportiva. En el caso de requerir el rellenado del envase, la persona deberá desinfectarse las manos y proceder con el rellenado.
- Se debe realizar una limpieza profunda de los implementos deportivos que se utilizan antes, durante (si aplica) y después de la competencia.
- Todos los eventos deportivos se realizarán sin presencia de público y cumpliendo con todas las medidas sanitarias.
- En pro de poder desarrollar un evento deportivo que cumpla con los protocolos de Salud, en prevención del aumento de la transmisión del COVID-19, se realizaran competencias en cada disciplina de forma regionalizada, buscando disminuir de esta manera el traslado de atletas de una región del país a otra.
- Además, los eventos deportivos se realizarán en su mayoría en horarios diferenciados por categorías y preferiblemente en la menor cantidad de días, logrando de esta forma disminuir el aforo y permanencia de los atletas en la instalación deportiva.
- En el caso de celebraciones durante la competencia deportiva se prohíbe el choque de palmas de manos, abrazos y besos.

#### 11.2 Etapa de entrenamiento.

- Para todos los entrenamientos previos a la etapa competitiva de Juegos Deportivos Nacionales se aplicará el protocolo específico de entrenamiento aprobado para cada disciplina.

#### 11.3 Inscripción de Atletas.

- El proceso de inscripción de las personas atletas y cuerpo técnico para participar en los diferentes eventos deportivos se realizará en el sistema de inscripciones de Juegos Deportivos Nacionales de forma digital.

#### 11.4. Preparación de Instalaciones Deportivas.

- La organización del evento deberá estar en la instalación deportiva mínimo una hora y treinta minutos antes del inicio de la actividad deportiva y una hora después de la

## para los Juegos Deportivos Nacionales

---

finalización de esta para coordinar aspectos logísticos de la competencia y de la aplicación del protocolo.

### **11.5 Etapa de Competición de Deportes en espacios Cerrados.**

#### **11.5.1. Proceso de Verificación.**

- El proceso de la competencia iniciara con la verificación de identidad de las personas inscritas para participar en el evento respectivo. Esta verificación se realizará afuera de las instalaciones deportivas manteniendo la distancia de 2 metros entre cada atleta y según programación de eventos. Desde el inicio del proceso de verificación las personas participantes deberán de cumplir con todas las medidas sanitarias.

#### **11.5.2. Proceso de desinfección.**

- Los participantes del evento deportivo deberán de pasar por la zona de desinfección donde se lavarán las manos, usarán alcohol en gel para poder ingresar a la instalación deportiva.

#### **11.5.3. Ingreso Instalación Deportiva.**

- Cada instalación deportiva tendrá demarcado previamente los espacios asignados para cada agrupación deportiva.
- Los participantes ya dentro de la instalación deportiva deberán de mantenerse en con su respectiva delegación deportiva siempre manteniendo la distancia respectiva de 2 metros, así mismo no se permitirá el ingreso de personas provenientes de otra delegación deportiva.
- Se señalarán las zonas de salida y entrada de los atletas que finalizan competición y quienes ingresan a la instalación deportiva para facilitar el flujo de personas y disminuir la aglomeración en las zonas mencionadas.

#### **11.5.4. Descripción de las Competencias**

Para consulta del desarrollo de las competencias de las siguientes disciplinas podrán encontrar los protocolos específicos para cada deporte en la página del ICODER: <https://www.icoder.go.cr/protocolos-aprobados-deporte-covid-19>.

##### **1. Ajedrez**

Lugar de la competencia: Híbrido

Total de participantes: 250 atletas y organización.

Sedes y Fechas: Ver Calendario de Competencia Anexo.

Horario: 8:00 a.m. a 6:00 p.m.

Los atletas competirán de forma presencial en la instalación que se le asigne (forma virtual, sin contacto físico con el contrincante, fiscalización presencial por un árbitro). Los participantes serán convocados durante un horario por categoría.

## para los Juegos Deportivos Nacionales

---

Categorías: Infantil-Juvenil- Senior.

### **2. Atletismo**

Lugar de la competencia: Estadio Nacional - Hatillo

Total de participantes: 870 atletas y organización por evento.

Sedes y Fechas: Ver Calendario de Competencia Anexo.

Horario: 8:00 a.m. a 6:00 p.m.

Las competencias se realizarán de forma regionalizada de manera mixta en donde cada categoría participara únicamente en un día, disminuyendo así el aforo de participación.

Categorías: Infantil-Juvenil C-Juvenil B-Juvenil A-Mayor.

### **3. Baloncesto.**

Lugar de la competencia: Evento dividido en 10 regiones y por cantones.

Total de participantes: 100 atletas y organización por evento.

Sedes y Fechas: Ver Calendario de Competencia Anexo.

Horario: De 9:00 a.m. hasta 9:00 p.m.

Las competencias se realizarán de forma regionalizada, desarrollándose uno o dos partidos por evento dependiendo de la inscripción.

Categoría: Juvenil.

### **4. Balonmano.**

Lugar de la competencia: Evento dividido en 4 regiones y por cantones.

Total de participantes: 120 atletas y organización por evento.

Sedes y Fechas: Ver Calendario de Competencia Anexo.

Horario: De 9:00 a.m. hasta 9:00 p.m.

Las competencias se realizarán de forma regionalizada, desarrollándose dos o tres partidos por evento dependiendo de la inscripción.

Categoría: Juvenil.

### **5. Beisbol.**

Lugar de la competencia: Torneo Nacional a visita reciproca.

Total de participantes: 50 atletas y organización por evento.

Sedes y Fechas: Ver Calendario de Competencia Anexo.

Horario: De 9:00 a.m. hasta 5:00 p.m.

Las competencias se realizarán de forma regionalizada, desarrollándose un partido por evento en el cantón inscrito.

Categoría: Pre Juvenil- Juvenil.

### **6. Boxeo.**

Lugar de la competencia: Gimnasio de Deportes de Combate

Total de participantes: 200 atletas y organización por evento.

Sedes y Fechas: Ver Calendario de Competencia Anexo.

Horario: De 9:00 a.m. hasta 8:00 p.m.

## para los Juegos Deportivos Nacionales

---

Las competencias se realizarán de forma concentrada por categoría y rama, en horarios asignado por pesos.

Categoría: Cadete-Escolar-Juvenil-Mayor.

### **7. Ciclismo Ruta.**

Lugar de la competencia: Evento Nacional, Parque Viva, Alajuela (**ver observación**).

Total de participantes: 150 atletas y organización por evento.

Sedes y Fechas: Ver Calendario de Competencia Anexo, en un solo fin de semana separado por rama por día.

Horario: De 9:00 a.m. hasta 4:00 p.m.

Las competencias se realizarán por categorías y horarios definidos según inscripción.

Categoría: Infantil-Pre Juvenil-Juvenil.

**Observación: Si al momento de realizar el evento se cuenta con la autorización por parte del Ministerio de Salud para realizar eventos en vías nacionales** (ya que por la condición del deporte el nivel de competencia requiere distancias largas a fin de desarrollar las velocidades requeridas por categoría), **se sugieren:**

- **Opción 1:** Zona de San Carlos (Muelle-Chilamate por bajo Cooper)
- **Opción 2:** Zona Caribe Sur (Limón la bomba-Talamanca-Sixaola-Puerto Viejo).

Eventos por categorías y horarios definidos según la inscripción.

### **8. Ciclismo de Montaña.**

Lugar de la competencia: Evento Nacional, Pedregal, Belén.

Total de participantes: 150 atletas y organización por evento.

Sedes y Fechas: Ver Calendario de Competencia Anexo, en un solo fin de semana separado por rama por día.

Horario: De 9:00 a.m. hasta 4:00 p.m.

Las competencias se realizarán por categorías y horarios definidos según inscripción.

Categoría: Infantil-Pre Juvenil-Juvenil.

### **9. Fútbol.**

Lugar de la competencia: Evento dividido en 10 regiones y por cantones.

Total de participantes: 75 atletas y organización por evento.

Sedes y Fechas: Ver Calendario de Competencia Anexo.

Horario: De 9:00 a.m. hasta 9:00 p.m.

Las competencias se realizarán de forma regionalizada, desarrollándose un partido por evento dependiendo de la inscripción.

Categoría: Juvenil.

---

para los Juegos Deportivos Nacionales

**10. Fútbol Sala.**

Lugar de la competencia: Evento dividido en 10 regiones y por cantones.

Total de participantes: 50 atletas y organización por evento.

Sedes y Fechas: Ver Calendario de Competencia Anexo.

Horario: De 9:00 a.m. hasta 9:00 p.m.

Las competencias se realizarán de forma regionalizada, desarrollándose un partido por evento dependiendo de la inscripción.

Categoría: Juvenil.

**10. Gimnasia Artística.**

Lugar de la competencia: Evento Nacional, Gimnasio Carbonell, Santa Ana.

Total de participantes: 50 atletas y organización por evento.

Sedes y Fechas: Ver Calendario de Competencia Anexo.

Horario: De 9:00 a.m. hasta 6:00 p.m.

Las competencias se realizarán por categorías y horarios definidos según inscripción.

Categoría: Escolar-Infantil-Pre Juvenil-Juvenil.

**11. Gimnasia Rítmica.**

Lugar de la competencia: Evento Nacional, Gimnasio Nacional, Sabana.

Total de participantes: 75 atletas y organización por evento.

Sedes y Fechas: Ver Calendario de Competencia Anexo.

Horario: De 9:00 a.m. hasta 8:00 p.m.

Las competencias se realizarán por categorías y horarios definidos según inscripción.

Categoría: Escolar-Infantil-Pre Juvenil-Juvenil.

**12. Halterofilia.**

Lugar de la competencia: Evento Nacional dividido en 4 regiones y cantones.

Total de participantes: 100 atletas y organización por evento.

Sedes y Fechas: Ver Calendario de Competencia Anexo.

Horario: De 8:00 a.m. hasta 5:00 p.m.

Las competencias se realizarán por categorías, pesos y horarios definidos según inscripción.

Categoría: Juvenil-Mayor.

**13. Judo.**

Lugar de la competencia: Evento Nacional Polideportivo Monserrat, Alajuela.

Total de participantes: 150 atletas y organización por evento.

Sedes y Fechas: Ver Calendario de Competencia Anexo.

Horario: De 8:00 a.m. hasta 6:00 p.m.

Las competencias se realizarán por categorías, rama, pesos y horarios definidos según inscripción.

para los Juegos Deportivos Nacionales

---

Categoría: Infantil-Pre Juvenil-Juvenil.

**14. Karate Do**

Lugar de la competencia: Polideportivo Monserrat, Alajuela.

Total de participantes: 175 atletas y organización por evento.

Sedes y Fechas: Ver Calendario de Competencia Anexo.

Horario: De 8:00 a.m. hasta 8:00 p.m.

Las competencias se realizarán por categorías, rama, pesos y horarios definidos según inscripción.

Categoría: Infantil-Pre Juvenil-Juvenil-Mayor.

**15. Natación.**

Lugar de la competencia: Evento Nacional Piscina María del Milagro Paris, Sabana.

Total de participantes: 250 atletas y organización por evento.

Sedes y Fechas: Ver Calendario de Competencia Anexo.

Horario: De 8:00 a.m. hasta 6:00 p.m.

Las competencias se realizarán por categorías, rama y horarios definidos según inscripción.

Categoría: Infantil-Juvenil-Mayor.

**16. Patinaje.**

Lugar de la competencia: Evento Nacional Polideportivo Maracaná, Ciudad Quesada, San Carlos.

Total de participantes: 150 atletas y organización por evento.

Sedes y Fechas: Ver Calendario de Competencia Anexo.

Horario: De 8:00 a.m. hasta 4:00 p.m.

Las competencias se realizarán por categorías, rama y horarios definidos según inscripción.

Categoría: Infantil-Juvenil-Mayor.

**17. Taekwondo.**

Lugar de la competencia: Evento Nacional en el Gimnasio Nacional

Total de participantes: 180 atletas y organización por evento.

Sedes y Fechas: Ver Calendario de Competencia Anexo.

Horario: De 8:00 a.m. hasta 6:00 p.m.

Las competencias se realizarán por categorías, rama y horarios definidos según inscripción.

Categoría: Cadete-Juvenil-Mayor.

**18. Tenis Campo (Convencional-Discapacidad).**

Lugar de la competencia: Evento Nacional Academia Naranja, San Antonio Desamparados, Canchas Parque La Paz, San José.

## para los Juegos Deportivos Nacionales

---

Total de participantes: 15 atletas y organización por evento.

Sedes y Fechas: Ver Calendario de Competencia Anexo.

Horario: De 8:00 a.m. hasta 4:00 p.m.

Las competencias se realizarán por categorías, rama y horarios definidos según inscripción.

Categoría: Infantil-Pre Juvenil-Juvenil-Mayor.

### **19. Tenis Mesa (Convencional-Discapacidad).**

Lugar de la competencia: Evento Nacional Sala Nacional Parque la Paz, Gimnasio Liceo de Curridabat.

Total de participantes: 100 atletas y organización por evento y sede.

Sedes y Fechas: Ver Calendario de Competencia Anexo.

Horario: De 9:00 a.m. hasta 8:00 p.m.

Las competencias se realizarán por categorías, rama y horarios definidos según inscripción.

Categoría: Infantil-Pre Juvenil-Juvenil-Mayor.

### **20. Triatlón.**

Lugar de la competencia: Evento Nacional, Parque la Sabana (Piscina María del Milagro Paris, Sabana-Estadio Nacional).

Total de participantes: 150 atletas y organización por evento.

Sedes y Fechas: Ver Calendario de Competencia Anexo.

Horario: De 5:00 a.m. hasta 3:00 p.m.

Las competencias se realizarán por categorías, rama y horarios definidos según inscripción.

Categoría: Pre Juvenil-Juvenil-Mayor.

### **21. Voleibol de Sala.**

Lugar de la competencia: Evento dividido en 10 regiones y por cantones.

Total, de participantes: 120 atletas y organización por evento.

Sedes y Fechas: Ver Calendario de Competencia Anexo.

Horario: De 8:00 a.m. hasta 8:00 p.m.

Las competencias se realizarán de forma regionalizada, desarrollándose dos o tres partidos por evento dependiendo de la inscripción.

Categoría: Juvenil.

### **22. Voleibol de Playa.**

Lugar de la competencia: Evento Nacional Canchas de Playa, Sabana.

Total de participantes: 100 atletas y organización por evento.

Sedes y Fechas: Ver Calendario de Competencia Anexo.

Horario: De 8:00 a.m. hasta 4:00 p.m.

Las competencias se realizarán por categorías, rama y horarios definidos según inscripción.

Categoría: Juvenil-Mayor.



## para los Juegos Deportivos Nacionales

---

**Observación:** Todas las fechas y sedes están sujetas a cambios según la disponibilidad de estas y las disposiciones por parte del Ministerio de Salud.

### 11.5.6 Duración del Evento Deportivo.

- Las actividades deportivas propuestas tendrán una duración promedio de entre 4 horas y hasta 12 horas aproximadamente, según la disciplina, total de inscripción y los horarios diferenciados para que los grupos permanezcan el menor tiempo posible en la instalación deportiva.

### 11.5.7. Durante el Evento Deportivo.

- Las personas atletas estarán en espera del llamado a la competencia en una zona señalada previamente de uso exclusivo para la agrupación deportiva.
- Durante el desarrollo del evento se aplicará para todas las competencias el protocolo específico aprobado para cada disciplina.

### 11.5.8. Zona de Calentamiento.

- En todos los eventos deportivos se asignará una zona de calentamiento específico en donde los atletas podrán realizar ejercicios precompetitivos durante un tiempo determinado.

### 11.5.9. Zona de Hidratación.

- No se contará con la zona de hidratación para el rellenado de botellas, solamente se brindará hidratación en botella cerrada o cada atleta deberá de portar su botella de hidratación personal.

### 11.5.10. Finalización de Competición.

- Se le asignará a cada atleta y delegación un tiempo determinado para realizar los protocolos de salud (cambio de ropa, lavado de manos, otros) y salir de la zona de competición y dirigirse a su delegación deportiva. No se permitirá socializar en esa zona ni alrededores, se deberá resguardar siempre el distanciamiento requerido. Se establecerá un tiempo mínimo necesario para la salida de los participantes o de las delegaciones una vez finalizada su competencia.

## 11.6. Etapa de Competición de deportes en espacios Abiertos

Se aplicarán los mismos procedimientos mencionados en el punto 11.4, además se agregarán los siguientes

- Plan de señalización de salidas y entradas alternas para los atletas que finalizan competición y los atletas que ingresan a la instalación deportiva para su competición.
- Se establecerá un perímetro en la zona de competencia para controlar el acceso de personas ajenas al evento y así evitar la presencia de espectadores.

## para los Juegos Deportivos Nacionales

---

- Se recomienda incluir un mapa/s señalando el recorrido del evento en los deportes que lo ameriten la ruta y otros detalles de consideración para cumplir con los protocolos de salud.

### **11.7. Hospedaje.**

- Con el fin de mitigar la propagación del virus, en esta edición de Juegos Deportivos Nacionales, la organización (ICODER) NO brindará el servicio de hospedaje, por lo que no se habilitarán centros educativos - villas para el hospedaje de los atletas, en aquellos casos que los participantes sean de zonas lejanas o que por su horario de competición deban pernoctar fuera de su casa de habitación, el comité cantonal de deportes y recreación suministrará el alojamiento mediante la contratación del servicio en hoteles; bajo los protocolos establecidos por el respectivo alojamiento y responsabilidad.

### **11.8. Alimentación.**

- Con el fin de mitigar la propagación del virus, en esta edición de Juegos Deportivos Nacionales, la organización (ICODER) NO brindará el servicio de alimentación, por lo que no se habilitarán comedores en centros educativos - villas para la ingesta de alimentos de los atletas. En aquellos casos que los participantes por su horario de competición se les deba suministrar alimentos, el comité cantonal de deportes y recreación suministrará el servicio mediante snack o alimentos de rápida ingesta debidamente empacados y sellados. Dichos alimentos deben cumplir con las medidas sanitarias de manipulación y los mismos serán consumidos en la instalación deportiva cumpliendo con los lineamientos del Ministerio de Salud. NO se autorizará la preparación de alimentos en el sitio.

### **11.9. Personal Técnico y logístico**

- Todo el personal técnico y logístico deberá cumplir con establecido en este protocolo y en los lineamientos del Ministerio de Salud.

### **11.10. Cuerpo médico**

La organización deportiva responsable debe designar la coordinación médica que entre sus funciones tendrá:

- a. Gestionar al equipo médico (servicio de ambulancia y demás cuerpos médicos)
- b. Atención médica de las personas atletas y para atletas cuando así lo amerite.
- c. Aplicar protocolos médicos cuando se detecte un caso sospechoso COVID 19.
- d. Estar vigilante sobre la aplicación del Protocolo Específico según Federación, reportando a la dirección de la competición cuando se detecten fallas o incumplimientos.

## para los Juegos Deportivos Nacionales

---

### 11.11. Transporte

Los Comités Cantonales de Deportes y Recreación y sus agrupaciones deportivas serán responsables de organizar y ejecutar el debido transporte de atletas y demás participantes, deberán cumplir las siguientes medidas:

- **Transporte Público:**

1. Se respetarán y deberán seguirse los lineamientos establecidos por el Ministerio de Salud para el abordaje, uso y desplazamiento en el medio de transporte público para la movilización de personas.
2. Deben respetar todas las medidas de distanciamiento físico durante el desplazamiento hasta el lugar del evento.
3. No deberán promover aglomeraciones en el medio de transporte por parte de los atletas y demás participantes de los Juegos Deportivos Nacionales.
4. Se seguirá el protocolo del lavado de manos, si antes de subir al transporte público no es posible ubicar un lavatorio donde realizar dicho lavado y de no ser así deberá portarse en todo momento alcohol en gel de uso personal.
5. La distribución de los pasajeros deberá ser siempre manteniendo el distanciamiento físico entre personas.
6. Todas las personas atletas y demás participantes deberán portar su mascarilla.
7. Procurar no entablar conversaciones durante el trayecto, ni cantar, ni gritar.
8. Los atletas y demás participantes deberán realizar la rutina de desinfección de manos antes de ingresar al vehículo.
9. Los atletas y demás participantes no podrán consumir alimentos durante todo el momento en que se realiza el recorrido, esto con el propósito de mantener la protección que la mascarilla brinda.

- **Transporte mediante contratación del servicio privado**

1. A los medios de transporte (automóviles, microbuses y buses), se les exija disponer de un kit de limpieza (alcohol en gel al menos 60%, desinfectante, toallas desechables y un lugar para depositar los residuos).
2. Las unidades contratadas deberán presentarse debidamente limpias y desinfectadas por lo que la persona responsable de la delegación deportiva deberá realizar una inspección de este antes del abordaje.
3. La desinfección de los transportes deberá realizarse antes, durante y después de la movilización de los atletas.
4. El aforo de las unidades se realizará conforme a la capacidad de los vehículos, respetando el distanciamiento y no se autorizarán personas de pie.

## para los Juegos Deportivos Nacionales

---

### *Lineamientos generales para el abordaje y desplazamiento de los atletas.*

- a. Deberán respetar todas las medidas de distanciamiento físico durante el desplazamiento hasta el lugar del evento.
- b. Será obligatorio el uso de mascarillas durante los traslados en el medio de transporte.
- c. Se debe garantizar que no se promuevan aglomeraciones en el medio de transporte.
- d. Se seguirá el protocolos del lavado de manos, si antes de subir al transporte público no es posible ubicar un lavatorio donde realizar dicho lavado y de no ser así deberá portarse en todo momento alcohol en gel de uso personal.
- e. En caso de que tengan que trasladar nuevamente a los atletas a su lugar de residencia deberán esperarlo en un lugar cercano al centro de competencia.
- f. Se prohíbe que haya vehículos estacionados frente o en las instalaciones deportivas para evitar aglomeraciones.
- g. El cumplimiento de estas acciones será bajo la figura del entrenador de la agrupación deportiva.

### *Sobre la limpieza y desinfección de los vehículos*

- a. El conductor deberá realizar la desinfección exhaustiva antes de iniciar la jornada de atención a los atletas.
- b. Los vehículos no podrán transportar pasajeros de pie.
- c. Los vehículos deben de limpiarse internamente al final de cada movimiento realizado dando especial énfasis a las superficies de apoyo tales como: manijas, volante, tablero, botones o perillas de las ventanas, puertas, gradas, asientos, piso, agarraderas, pasamanos, timbre etc.), utilizando soluciones desinfectantes aprobadas que cumplan con el Protocolo de limpieza y desinfección de ambientes COVID-19, (Ej. Hipoclorito de sodio al 0,1% o alcohol entre 60° y 70°).
- d. Registrar el proceso de desinfección con hora y fecha, para el adecuado control y seguimiento. Para esto se deberá contar con una Bitácora en la que se deberá registrar el proceso de desinfección.
- e. Favorecer en los vehículos la ventilación natural si las condiciones climáticas lo permiten.
- f. Los residuos provenientes de la desinfección se eliminarán en bolsas desechables, que deberán llevar cada uno de los vehículos.

### **11.12. Aplicación de pruebas de antígenos para la detección de la COVID-19**

- Las entidades deportivas encargadas de la administración de los eventos finales del programa de Juegos Deportivos Nacionales podrán realizar pruebas rápidas de antígenos para la detección de la COVID-19, el día antes o el mismo día de la competencia, de forma aleatoria.
- Los atletas con resultado positivo quedarán inmediatamente fuera de competencia. En el caso de deportes de conjunto se le realizará prueba a mínimo el 40% del total de atletas de cada equipo, en caso de que el 40% de las pruebas realizadas sean positivas el equipo quedará inmediatamente fuera de competencia.”

## para los Juegos Deportivos Nacionales

---

### 11.13. Premiación

Para la premiación después de una competencia se deben seguir los siguientes lineamientos, de acuerdo con las medidas estipuladas por el Ministerio de Salud ante el COVID-19.

- Se debe delegar a una persona de la administración encargada de coordinar la logística de premiación.
- Se debe delimitar la zona de premiación.
- Se debe respetar la distancia de 2 metros entre todas las personas involucradas en la premiación.
- Se deben demarcar los espacios dentro de la zona de premiación en donde deben estar la delegación y las personas deportistas respectivamente.
- Antes de ingresar a la zona de premiación las personas deben haber cumplido con el protocolo de lavado y desinfección.
- En la zona de premiación todas las personas deberán de utilizar mascarilla.
- La entrega se hará únicamente a las personas deportistas y miembros del cuerpo técnico inscritos, acatando las disposiciones sanitarias.
- No se permite romper el protocolo de distanciamiento en la zona de premiación.
- No se permiten más personas de las autorizadas en la zona de premiación.
- Las personas acreditadas no pueden ceder su lugar a otra persona.
- No se permiten celebraciones en ningún espacio del recinto deportivo.
- No se permite el acceso de personas a las zonas restringidas de competencia a la hora de la premiación, solo aquellas acreditadas por la organización deportiva.

## 12.0 Comunicación

### 12.1 Estrategia de comunicación

- Las federaciones o asociaciones del deporte respectivo serán responsables de establecer los canales de comunicación para con los atletas y demás participantes de manera verbal y escrita (mediante perifoneo, distribución e instalación de afiches informativos en sitio o medios electrónicos) relacionada a la divulgación del protocolo específico de la disciplina respectiva y demás información con el COVID-19 que sea veraz y proveniente del Ministerio de Salud, valiéndose de pizarras informativas, afiches, rotulación oficial en lugares visibles.
- Se proporcionará por parte de la organización deportiva responsable al personal, proveedores y personas usuarias la información necesaria relativa a las medidas de prevención y contención que se estableció para la emergencia del COVID-19.
- Se deberá colocar por parte de la organización deportiva responsable en espacios visibles los protocolos de estornudo y tos, lavado de manos, otras formas de saludar, no tocarse la cara y poblaciones de riesgo, en los idiomas más comunes de atención. (Ver Anexos).
- La organización deportiva responsable proporcionará información de la logística de la competición, así como sus protocolos relacionados con el COVID-19.
- Habrá una persona responsable de mantener y actualizar la información de manera oficial, o en su defecto designará a la persona que considere pertinente para el cargo y hará de conocimiento de todos.

para los Juegos Deportivos Nacionales

**12.2 Sitios oficiales de comunicación**

Los medios de publicación del protocolo, una vez aprobado por la ministra del Deporte, serán:

1. ICODER página principal: <https://www.icoder.go.cr>
2. ICODER Protocolos COVID19: <https://www.icoder.go.cr/protocolos-aprobados-deporte-covid-19>
3. PROTOCOLOS SECTORIALES PRESIDENCIA DE LA REPÚBLICA DE COSTA RICA: o Protocolos para una reapertura segura: <https://covid19.go.cr/protocolos-sectoriales/>
4. Denuncias: [protocolos.covid19@icoder.go.cr](mailto:protocolos.covid19@icoder.go.cr)

**13. Aprobación, seguimiento y observancia**

Este documento está sujeto a ser actualizado permanentemente con el objeto de que responda en todo momento a las necesidades y lineamientos sanitarios vigentes; las personas encargadas de realizar los cambios y seguimientos a este protocolo será la Entidad Deportiva organizadora y la administración de cada sede deportiva donde se desarrolle cada evento" (Ver anexo).

La persona encargada de aprobar las modificaciones o nuevas versiones de este documento es la ministra del Deporte Karla Alemán Cortés.

La práctica deportiva y competitiva, conforme está definido en el presente Protocolo, queda sujeto a la Habilitación del Ministerio de Salud y una vez que suceda cumplir con lo establecido en este protocolo.

<b>Aprobación</b>	<b>Seguimiento y Observancia</b>
Ministerio de Salud	Organización Deportiva Responsable
MIDEPOR, Comisión Técnica Asesora de Protocolos	ICODER, Federaciones, CCDR y entidades deportivas

Karla Alemán Cortés

Ministra del deporte

Visto Bueno

para los Juegos Deportivos Nacionales

14. Anexos

Anexo 1. Detenga el contagio del COVID-19

## Detenga el contagio del COVID-19



**1** Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón.



**2** No se toque la cara si no se ha lavado las manos.



**3** Limpie los objetos y superficies de alto contacto.



**4** Tápese la nariz y la boca con el antebrazo al toser o estornudar.



**5** Mantenga el distanciamiento físico de 2 metros



**6** Quétese en casa siempre que sea posible.



**7** Evite ir a lugares donde haya mucha gente, sobre todo si tiene factores de riesgo.



**8** Trate de que su contacto cercano sea sólo con su burbuja social (con quienes convive a diario).



**9** Use mascarilla como barrera de protección.

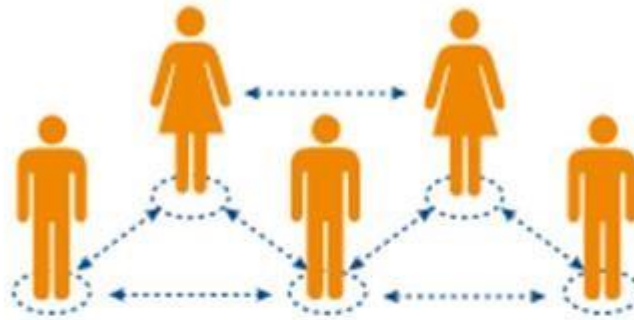


para los Juegos Deportivos Nacionales

Anexo 2. Indicaciones al salir de casa



Si usted tiene que salir de casa,  
protéjase del **COVID-19**:



Distancia entre personas a **2mts** de los demás



Lávese las manos  
con agua y jabón  
frecuentemente



Procure no tocarse  
la cara si no se ha  
lavado de manos





para los Juegos Deportivos Nacionales

Anexo 3. Indicaciones al salir de casa

### ¿Cómo lavarse las manos?

DURACIÓN DEL PROCESO: 30 SEGUNDOS

PARA RESTREGARSE LAS MANOS CANTE "CUMPLEAÑOS FELIZ" DOS VECES



1. Humedezca las manos con agua y cierre el tubo



2. Aplique suficiente jabón



3. Frota sus manos palma con palma



4. Frota la palma de la mano derecha sobre el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa



5. Frota las manos entre sí, con los dedos entrelazados



6. Apoye el dorso de los dedos contra las palmas de las manos, frotando los dedos



7. Rotando el pulgar izquierdo con la palma de la mano derecha, frota con un movimiento de rotación y viceversa



8. Frota circularmente la yema de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda y viceversa



9. Enjuague abundantemente con agua



10. Secada muy bien las manos y séquelas idealmente con una toalla desechable



11. Use la toalla para cerrar le llave



**Ministerio de Salud**

### Forma correcta de toser y estornudar



CUBRA SU BOCA Y NARIZ CON LA PARTE SUPERIOR DEL BRAZO, HACIENDO UN SELLO PARA EVITAR SALIDA DE GOTITAS DE SALIVA



O CÚBRASE CON UN PAÑUELO DESECHABLE



DEPOSITE EL PAÑUELO EN EL BASURERO, NO LO LANCE AL MEDIO AMBIENTE



NUNCA SE TOQUE LA CARA SINÓ SE HA LAVADO LAS MANOS CON AGUA Y JABÓN

¡DETENGA EL CONTAGIO!

para los Juegos Deportivos Nacionales

**¿Cuándo hay que lavarse las manos?**

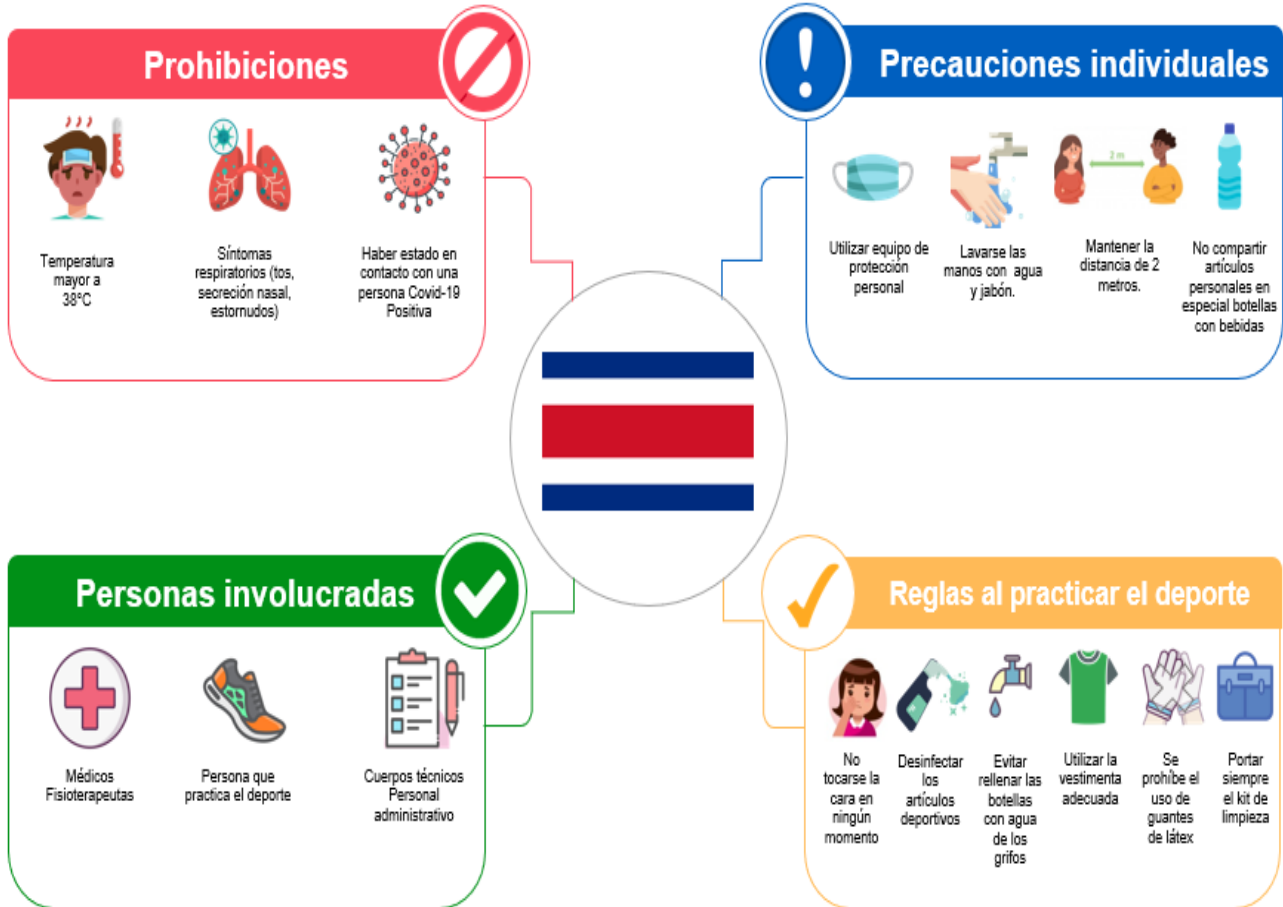


 <p>Antes de tocarse la cara</p>	 <p>Antes de preparar y comer los alimentos</p>	 <p>Después de ir al baño</p>
 <p>Antes y después de cambiar pañales</p>	 <p>Después de toser o estornudar</p>	 <p>Después de visitar o atender una persona enferma</p>
 <p>Después de tirar la basura</p>	 <p>Después de utilizar el transporte público</p>	 <p>Después de estar con mascotas</p>
 <p>Luego de estar en zonas públicas</p>	 <p>Después de tocar dinero o llevar</p>	 <p>Después de tocar pesamanos o manijas de puertas</p>

para los Juegos Deportivos Nacionales

Anexo 4. Infografía Protocolos Específicos

Infografía de Protocolo Específico



Para mayor información consultar: Protocolo Sectorial Deporte y Recreación. Protocolo Especifico de cada deporte.

para los Juegos Deportivos Nacionales

Anexo 5. Lista de personas admitidas en la zona de premiación

Sede autorizada: \_\_\_\_\_

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

A continuación, se indica quienes son las personas admitidas en la zona de premiación

Tabla 1. Delgados de la premiación

Nombre	Número de cédula	Cargo

Tabla 2. Deportistas y cuerpos técnicos

Nombre	Número de cédula

Tabla 3. Total de personas admitidas en la zona de presentación

Categoría	Cantidad
Delegados de la premiación	
Deportistas y cuerpos técnicos	
Total	

para los Juegos Deportivos Nacionales

Anexo 6. Lista de comprobación de Seguimiento a Protocolo Específico de Competencia

Lista de comprobación de Seguimiento a Protocolo Específico de Competencia					
<b>Nombre del protocolo revisado:</b>					
<b>Fecha de la competición:</b>					
<b>Elaborado por:</b>					
N°	REQUISITO	Cumplimiento			OBSERVACIONES (Indicar si No Aplica y el tipo de evidencia)
		SÍ	NO	N/A	
<b>1</b>	<b>Inscripción</b>				
1	La organización deportiva responsable promovió una divulgación e inscripción de la competición por medios digitales o virtuales, con el fin de evitar la propagación del COVID-19				
<b>2</b>	<b>Medidas de higiene y sanitización de Delegaciones</b>				
2.1	Las delegaciones cumplieron con las medidas de uso de mascarilla, lavado de manos, distanciamiento físico, transporte amplio y seguro entre personas dentro de la competición.				
<b>3</b>	<b>Alimentación de las Delegaciones</b>				
3.1	La logística del hospedaje garantizó que la alimentación de las delegaciones cumple con lo solicitado en el protocolo.				
<b>4</b>	<b>Desinfección y uso de materiales</b>				
4.1	Las delegaciones mantuvieron la limpieza y desinfección en objetos personales, así como el equipo deportivo, dispositivos de apoyo y movilidad.				
4.2	Las delegaciones compartieron material deportivo de competición				
4.3	Las delegaciones practicaron un saludo entre sí, que evite el contacto físico o el acercamiento de al menos 2 metros				
<b>5</b>	<b>Durante de la Competición</b>				
5.1	La organización deportiva responsable dispone de cuerpo médico en el evento				
5.2	La organización deportiva responsable garantizó que todas las personas atletas y participantes no presentan ningún tipo de síntoma relacionado al COVID 19 el día de la competición				
5.3	La organización deportiva responsable garantizó que todas las personas atletas y participantes dentro de la competición cuentan con EPP adecuado en uso y forma, el ingreso a la competición y la terminación de la misma.				

para los Juegos Deportivos Nacionales

5.4	La organización deportiva responsable garantizó una logística segura a nivel de protocolos contra COVID 19 para el inicio de la competición				
5.5	La organización deportiva responsable garantizó que la finalización de la competición se hace bajo el resguardo de protocolos contra COVID19				
5.6	La organización deportiva responsable garantizó que la hidratación de las personas atletas y participantes no tuvo riesgos importantes como foco de contagio.				
5.7	Todo el cuerpo técnico, médico, o ayudantes dentro de la competición mantuvieron las medidas sanitarias pertinentes para evitar ser focos de contagio				
6	<b>Manejo de residuos</b>				
6.1	La organización deportiva responsable tuvo una logística clara para el manejo de desechos como mascarillas desechables, ships, envases de hidratación o similares, personas encargadas y frecuencia del desecho de los residuos generados dentro de la competición. Levantamiento de bitácora de desechos.				
7	<b>Actuación ante casos confirmados con COVID-19</b>				
7.1	La organización deportiva responsable llevó a cabo procedimiento ante caso confirmado de COVID 19				
7.2	Se indicó la documentación y registros a levantar en caso de casos positivos así como la identificación de los contactos directos.				
7.3	Se indicó el procedimiento para informar casos confirmados a la dirección de área rectora o autoridades pertinentes				
8	<b>COMUNICACIÓN</b>				
8.1	Se establecen los mecanismos y servicios de comunicación que se manejarán para la difusión de información.				
9	<b>Sitios oficiales de comunicación</b>				
9.1	Se indican los medios oficiales de comunicación aprobados por la Ministra del Deporte.				

