

Ministerio
de **Salud**
Costa Rica



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.

Versión: 005
Quinta edición

Fecha de elaboración:
07-12-2021

Elaborado por:
Ministerio de Salud

Aprobado por:
Ministerio de Salud
Ministro del Deporte

ÍNDICE

Índice.....	1
Prólogo.....	2
1. <i>Objetivo y campo de aplicación</i>	2
2. <i>Referencias documentales</i>	3
2.1 Lineamientos de referencia	3
2.2 Bibliografía	3
2.3 Documentos de consulta adicionales.....	3
3. <i>Definiciones y terminología</i>	4
4. <i>Abreviaturas</i>	5
5. <i>Contenido técnico / requisitos técnicos</i>	5
5.1 Entrada de delegaciones internacionales al territorio nacional:	5
5.2 Traslados en vehículos autorizados:.....	6
5.3 Hospedaje de las delegaciones:	6
5.4 Normas de conducta de los atletas y Para atletas:.....	6
5.5 Disposiciones al momento de actividad competitiva:	7
5.6 Limpieza y desinfección de instalaciones, equipos, dispositivos de apoyo y movilidad: 8	
5.7 Salida de Costa Rica de delegaciones o representaciones nacionales:.....	8
5.8 Ingreso a Costa Rica de delegaciones o representaciones nacionales:	8
5.9 Responsabilidad de las Federaciones y Asociaciones:.....	9
6. <i>Observancia</i>	10
Anexos.....	10

PRÓLOGO

El Ministerio de Salud es la instancia rectora, según la Ley General de Salud N° 5395, cuya misión es:

“Institución que dirige y conduce a los actores sociales para el desarrollo de acciones que protejan y mejoren el estado de salud físico, mental y social de los habitantes, mediante el ejercicio de la rectoría del Sistema Nacional de Salud, con enfoque de promoción de la salud y prevención de la enfermedad, propiciando un ambiente humano sano y equilibrado, bajo los principios de equidad, ética, eficiencia, calidad, transparencia y respeto a la diversidad”

Este lineamiento ha sido desarrollado en cumplimiento con los criterios técnicos establecidos en la Normativa Jurídica, las Normas técnicas institucionales y aquellas que se han definido mediante los Decretos Ejecutivos emitidos por el Poder Ejecutivo en los preparativos y respuesta ante la emergencia por COVID-19.

Este documento número LS-VS-011:2020 fue aprobada por Ministerio de Salud en la fecha del 11 de noviembre del 2020. El mismo está sujeto a ser actualizada permanentemente con el objeto de que responda en todo momento a las necesidades y exigencias actuales.

Es importante mencionar que este documento puede ser modificado dependiendo del estado de la realidad nacional con respecto a la atención de esta emergencia.

A continuación, se mencionan las organizaciones que colaboraron en la elaboración de este lineamiento:

Participantes	Organización
Equipo de gestión documental	Ministerio de Salud
Karla Alemán Cortés	Despacho del Ministro del Deporte
Dr. Willy Gálvez Aguilar Andrés Carvajal Cartín Dr. Gustavo Adolfo Castillo Quirós Minor Monge Montero Grettel Córdoba López	Comisión Técnica Asesora del Ministro del Deporte
Dr. Carlos Salguero Mendoza	Ministerio de Salud
Lucía Marín Guillén Jose Jiménez Rodríguez	Comité Olímpico Nacional
Andrés Carvajal Fournier	Federación Paradeportes

Fuente: Elaboración propia, 2020.

1. OBJETIVO Y CAMPO DE APLICACIÓN

El objetivo es de este lineamiento es normar la participación de atletas y Para atletas de alta competición y de Representación Nacional en eventos oficiales, para que esta se realice de manera segura en el marco de la alerta por COVID-19.

La aplicación de este lineamiento va dirigido a las Federaciones y Asociaciones Nacionales de Representación Nacional y otras entidades deportivas avaladas, bajo autorización del Ministro del Deporte de manera obligatoria, para las participaciones en eventos precompetitivos y competitivos, como parte de las acciones preventivas y de mitigación dictadas por el Ministerio de

Salud para la atención de la alerta por COVID-19. El incumplimiento de estas disposiciones le da la potestad al Ministerio de Salud para la suspensión de las actividades y actos administrativos correspondientes.

Estos lineamientos se revisarán de forma periódica y se publicará la versión vigente en la página web del Ministerio de Salud:

<https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-prensa/noticias/741-noticias-2020/1532-lineamientos-nacionales-para-la-vigilancia-de-la-infeccion-por-coronavirus-2019-ncov>

2. REFERENCIAS DOCUMENTALES

2.1 Lineamientos de referencia

- Lineamientos Nacionales para la Vigilancia de la Enfermedad COVID-19
- Lineamientos específicos para el Sector Turismo ante el Coronavirus (COVID-19)
- Lineamientos generales para limpieza y desinfección de espacios físicos ante el Coronavirus (COVID-19)
- Lineamientos General sobre el uso de mascarilla y caretas a nivel comunitario en el marco de la alerta por (COVID-19)
- Lineamientos básicos de conducta para reducir el riesgo de transmisión de COVID-19, asociados a la responsabilidad individual
- Lineamientos Generales para propietarios, administradores y usuarios de transporte público de personas a nivel nacional. (Autobuses, servicios especiales de turismo y traslado de estudiantes, así como, lanchas, trenes y similares) en el marco de la alerta sanitaria por COVID-19
- 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
- Lineamientos generales para el ingreso de pasajeros a Costa Rica por la vía aérea
- Protocolos para la operación paulatina del Aeropuerto Internacional Juan Santamaría durante la pandemia por COVID-19 posterior a la apertura de fronteras, Costa Rica.
- Versión 1- 27 de Agosto 2020. Lineamientos generales para el uso de pruebas serológicas para identificar anticuerpos contra SARS-CoV-2.
- Versión 1- 21 de Setiembre 2020. Lineamientos generales para el uso de pruebas de antígeno para diagnóstico de COVID-19.

2.2 Bibliografía

- Universidad de Costa Rica, Limitaciones de la lectura de la temperatura temporal (en la frente) como método de tamizaje para el COVID-19. Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud, San José, 2020.
- Clasificación de Atletas Paralímpicos, según el tipo de discapacidad y criterios de elegibilidad
<https://www.paralympic.org/es/classification>
- Referencias del riesgo de los aerosoles.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7493749/>
- Referencia de Uso mascarilla en deporte (Sociedad Española Medicina deportiva)

2.3 Documentos de consulta adicionales

- Protocolos publicados por el Ministro del Deporte en www.icoder.go.cr

3. DEFINICIONES Y TERMINOLOGÍA

3.1 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.

3.2 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.

3.3 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 gotículas 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).

3.4 Delegación: Para efectos de este lineamiento cuando se refiere a la delegación se contempla a atletas, Para atletas, cuerpos técnicos, personal administrativo, árbitros, federativos, comisarios y otras personas de apoyo para el evento (Elaboración propia).

3.5 Federaciones y Asociaciones Nacionales de Representación Nacional:

3.6 Deporte de alta competición: es aquel que, en su modalidad convencional y paralímpica, permite que exista una práctica deportiva de confrontación, con garantía de máximo rendimiento y competitividad en el ámbito nacional e internacional¹.

3.7 Comité Olímpico Nacional y Comité Paralímpico Nacional: El Comité Olímpico Nacional de Costa Rica, el Comité Paralímpico Nacional de Costa Rica, las federaciones y asociaciones deportivas de representación nacional e internacional son las entidades responsables de vigilar, dirigir, organizar y reglamentar el deporte adaptado y convencional de alta competición, dentro de los términos establecidos en esta ley, la Carta Olímpica Internacional, la Carta de Constitución del Comité Paralímpico Internacional, los estatutos y las normas emanadas de las federaciones y los organismos internacionales en los respectivos deportes.

3.9 Asistente de vida: persona mayor de dieciocho años capacitada para brindarle a la persona con discapacidad servicios de apoyo en la realización de las actividades de la vida diaria. (Ley n.º9379 Promoción de la autonomía personal de las personas con discapacidad.)

3.10 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).

3.11 Cuerpo Médico: Aquel grupo conformado mínimo por un médico; además si es requerido de fisioterapia, nutrición, psicología, entre otros profesionales. (Elaboración propia).

¹http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_texto_completo.aspx?param2=NRTC&nValor1=1&nValor2=26290&strTipM=TC=

Dependiendo de la especificidad del lineamiento, se pueden tomar las definiciones operativas contenidas en el Lineamiento General de Vigilancia

https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/lineamientos_nacionales_vigilancia_infeccion_coronavirus_v11_02042020.pdf

4. ABREVIATURAS

- Ministerio de Salud (MS)
- Caja Costarricense del Seguro Social (CCSS)
- Coronavirus 2019 (COVID-19)
- Organización Panamericana de la Salud (OPS)
- Organización Mundial de la Salud (OMS)
- Equipo de Protección Personal (EPP)

5. CONTENIDO TÉCNICO / REQUISITOS TÉCNICOS

5.1 Entrada de delegaciones internacionales al territorio nacional:

- Los establecimientos que se utilicen para este tipo de actividades deben contar con el Permiso de Sanitario de Funcionamiento pueden operar con un aforo de acuerdo la medida administrativa vigente, que varía si se solicita de manera voluntaria o no el código QR para el ingreso a los establecimientos.
- Las Federaciones y Asociaciones Nacionales de Representación Nacional y otras entidades deportivas bajo autorización del Ministro del Deporte, deben coordinar previamente con el Ministerio de Salud sobre la visita de delegaciones internacionales. Se debe informar sobre los datos personales, los itinerarios de viaje y cualquier otra información necesaria sobre las delegaciones. Mediante oficio al Área Rectora correspondiente.
- Todos los miembros de la delegación deberán completar el formulario digital denominado Pase de Salud, disponible en el enlace <https://salud.go.cr>
- A la delegación se le autoriza el acompañamiento de asistentes de vida según sea pertinente con base en la clasificación funcional del Comité Paralímpico Internacional, así como a las personas menores de edad y sus acompañantes miembros de burbuja familiar, procedentes del extranjero.
- En ninguna circunstancia, todas aquellas personas que presenten signos y síntomas (dolor de cabeza, de garganta, fiebre, malestar general, tos, dificultad para respirar, pérdida del olfato, alteración en la percepción del sabor de los alimentos o diarrea), pueden viajar con la delegación, aunque la PCR sea negativa.
- La delegación completa deberá utilizar mascarilla en forma correcta, en todo momento durante la estancia en el aeropuerto. El uso de careta es opcional y complementaria al uso obligatorio de la mascarilla.
- La mascarilla podrá ser retirada solamente a solicitud de las autoridades de migración en los controles de ingreso.
- Mantener un distanciamiento físico de al menos 2 metros en todo momento.
- Todos los miembros de la delegación deberán contar con un seguro de viaje, nacional o internacional, que cubra los gastos de alojamiento, estancia hospitalario y gastos médicos generados por la enfermedad COVID-19. En caso de que se presente seguro colectivo la cobertura deberá ser suficiente para cubrir todos los gastos médicos derivados por la enfermedad COVID-19, para cada una de las personas que abarque².

²https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/ls_vs_006_ingreso_pasajeros_05112020.pdf

- Deben cumplir con los protocolos sanitarios dentro de las instalaciones, indicados por el personal del aeropuerto e incluidos en el protocolo de operación paulatina³.
- En ningún momento podrán socializar con personas que no formen parte de la delegación oficial.

5.2 Traslados en vehículos autorizados:

- Garantizar que las unidades cumplan con los requisitos de limpieza y desinfección con énfasis especial en manijas, barandas, cinturones, asientos, cabina del chofer, tableros, espejos y otros. Se deben de limpiar frecuentemente antes y al finalizar el traslado correspondiente de personas, con una solución a base de alcohol de al menos entre 60° y 70°, desinfectante o cualquier otro producto de limpieza que demuestre su eficacia ante el virus.
- Es obligatorio garantizar la ventilación en los vehículos terrestres tanto estando en circulación como estacionados. En caso del uso de aire acondicionado los mismos deben tener el mantenimiento adecuado (limpieza de filtros) y es importante no recircular el aire.
- Las unidades de transporte deben ser de uso exclusivo para las delegaciones.
- Es obligatorio el uso de mascarilla dentro de las unidades y durante todo el traslado.
- Durante el traslado al sitio de hospedaje, entrenamientos, reconocimiento de la sede y día del evento se debe respetar la ruta definida, no se harán paradas en el camino.

5.3 Hospedaje de las delegaciones:

- Los hoteles deben estar en cumplimiento con las recomendaciones de las Autoridades Locales en lo concerniente al COVID-19.⁴
- Se prohíbe a los miembros de la delegación salir de las instalaciones del hotel para realizar actividades que no sean propias de la competición o entrenamiento.
- Se pueden hospedar en habitaciones doble si los integrantes de la delegación
- No se permiten visitas a las habitaciones de personas externas a las delegaciones.
- Todas las personas deben usar mascarilla en todo momento cuando estén fuera de sus respectivas habitaciones.
- Los tiempos de alimentación pueden realizarlos en el área de designada por los hoteles como el resto de los huéspedes
- Es obligatorio garantizar la ventilación en las habitaciones y áreas comunes o espacios cerrados de concentración (comedor, salones para charlas, etc). En caso del uso de aire acondicionado los mismos deben tener el mantenimiento adecuado (limpieza de filtros) y es importante ventilar regularmente y evitar el recircular del aire.

5.4 Normas de conducta de los atletas y Para atletas:

- Utilizar mascarilla de manera obligatoria en lugares cerrados y sitios públicos, salvo las siguientes excepciones:
 - Ejercicio en zonas avaladas / instalaciones designadas.
 - Comiendo / bebiendo activamente.
 - Atletas calentando durante el evento o competencia.
 - En el área de competencia durante un entrenamiento o competencia, al participar activamente.

³https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/mroc_01_apertura_AIJS_21082020.pdf

⁴https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/ls_sc_003_turismo_16052020.pdf

- Siempre que se use mascarilla debe ser de forma adecuada cubriendo la boca y la nariz. Cuando la mascarilla no sea utilizada deberá ser guardada de manera apropiada en una bolsa plástica.
- Se deberá contar con al menos dos mascarillas de repuesto almacenadas en bolsa plástica de manera individual.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca ya que son zonas más vulnerables para contagio de agentes infecciosos.
- Cubrirse la boca y/o nariz cuando tose o estornude, de acuerdo con los protocolos de estornudo y tos del Ministerio de Salud.
- Lávese las manos regularmente con agua potable y jabón durante al menos 20 segundos, especialmente después de ir al baño; antes de comer; y después de sonarse la nariz, toser o estornudar, y al finalizar su sesión de entrenamiento o competencia.
- Utilizar formas alternativas de saludar que no impliquen el contacto físico.
- Mantener la limpieza y desinfección en objetos personales, así como el equipo, dispositivos de apoyo y movilidad. Se deberá usar un desinfectante, solución con alcohol al menos 60% o 70% o solución con cloro, y se usarán toallas desechables para su aplicación.
- No se deben compartir materiales, equipo, utensilios u objetos.
- No debe de gritar o silbar para comunicarse.
- Se prohíbe escupir.

5.5 Disposiciones al momento de actividad competitiva:

- Es obligatorio para desarrollar el evento tener un médico.
- Se prohíbe presentarse a la actividad aquel miembro de la delegación que manifiesta síntomas relacionados con la enfermedad COVID-19 y deben de reportarlo de manera inmediata al cuerpo médico correspondiente (Se prohíbe a la persona que presenta dolor de cabeza, de garganta, fiebre, malestar general, tos, dificultad para respirar, pérdida del olfato, alteración en la percepción del sabor de los alimentos o diarrea).
- El médico que atienda a una persona con síntomas debe realizar un informe a la autoridad sanitaria.
- Se deberán clausurar los espacios (sillas, butacas, casilleros) que están deshabilitados a fin de garantizar el distanciamiento físico de 2 metros entre los atletas y participantes del evento, siempre que no se pida en forma voluntaria el Código QR.
- El médico del equipo o responsable del evento brindará educación sobre el uso adecuado de EPP y sobre las normas de buena conducta personal para proteger la salud.
- Se deberá utilizar mascarilla durante la permanencia en el camerino.
- **Debe garantizarse la ventilación del camerino.**
- Los camerinos deben contar con agua potable, con suficiente jabón desinfectante de manos y alcohol en gel.
- Al momento de salir del camerino **tanto** atletas o Para atletas y miembros del cuerpo técnico deben cumplir con el lavado de manos con agua potable y jabón.
- Únicamente se permite a **atletas** o Para atletas retirar las mascarillas durante el calentamiento y competencia.
- Se debe garantizar que cada atleta o Para atleta tenga su propia botella de hidratante y agua. Deben estar selladas e identificadas. Se botan los sobrantes.
- Al momento de ingresar al área de competencia se debe mantener la distancia y evitar saludo entre atletas o paratletas y sus cuerpos técnicos.
- **NO SE PERMITEN** las celebraciones grupales con contacto o acercamiento físicos entre los atletas, paratletas y sus cuerpos técnicos.
- **En aquellos deportes que lo ameriten**, cuerpos técnicos, atletas ó Para atletas que no participan directamente de la competencia deben utilizar mascarilla en todo momento.

- Al finalizar el evento se debe evitar el saludo con contacto o acercamiento físico entre atletas, Para atletas y otros participantes; se deben dirigir directamente al área de camerinos.

5.6 Limpieza y desinfección de instalaciones, equipos, dispositivos de apoyo y movilidad:

- Se deben seguir las instrucciones del fabricante para asegurarse que los desinfectantes estén preparados y se manejen de forma segura y adecuada, usando el equipo de protección personal (EPP) adecuado para evitar la exposición a sustancias químicas.
- Desinfectar las superficies que se tocan con frecuencia (puertas, camerinos, casilleros, sanitarios, lavatorios, barandas, asientos, apagadores, zona de banquillos, escritorios, equipos, dispositivos de apoyo y movilidad, apoya brazos, aros impulsores y mangos o manillas de empuje de la silla de ruedas entre otros) con una solución a base de alcohol de al menos entre 60° o 70° y desinfectantes o cualquier otro producto de limpieza que demuestre su eficacia ante el virus.
- Usar implementos desechables al realizar la limpieza y desinfección. En caso de utilizar implementos reutilizables en estas tareas, estos deben desinfectarse utilizando los siguientes productos: hipoclorito de sodio al 0.1% (dilución 1:50) si se usa cloro doméstico a una concentración inicial de 5%. Lo anterior equivale a que por cada litro de agua se debe agregar 20cc de cloro (4 cucharaditas) a una concentración de un 5%. Para las superficies que podrían ser dañadas por el hipoclorito de sodio, se puede utilizar alcohol de entre 60° y 70°.
- Lavar paredes, el lavamanos, la jabonera, las perillas de la ducha y la puerta con una esponja impregnada de una solución desinfectante. Se recomienda una solución de cloro al 0,5% preparado el mismo día que se va a utilizar⁵
- La gestión de residuos derivados de las tareas de limpieza y desinfección como utensilios de limpieza y equipo de protección personal desechables deberán ser desechados de manera correcta en contenedores de basura adecuados para la recolección de residuos, preferiblemente con ruedas y pedal para la apertura.
- Todos aquellos espacios cerrados en las instalaciones deportivas (camerinos, zona mixta, etc), deben de ser ventilados.

5.7 Salida de Costa Rica de delegaciones o Representaciones Nacionales:

- Acudir al aeropuerto al menos 3 horas antes del vuelo de salida.
- Contar con la documentación necesaria para su salida del territorio nacional.
- Proceder con cumplimiento del protocolo de ingreso al aeropuerto y los procedimientos para chequeo, puestos de seguridad, sala de espera y manga de abordaje.
- Todos los pasajeros deberán utilizar mascarillas (reutilizable o desechable), este será un requisito indispensable durante la estancia en el aeropuerto.
- En ningún momento tendrán contacto con personas que no formen parte de la delegación oficial.
- Los miembros de la delegación que presenten signos o síntomas gripales o de infección de vías respiratorias, no deben viajar ni presentarse al aeropuerto.

5.8 Ingreso a Costa Rica de delegaciones o Representaciones Nacionales:

⁵https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/ls_pg_032_limpieza_desinfeccion_29052020.pdf

- Cumplir con las disposiciones contenidas en Lineamientos generales para el ingreso de pasajeros a Costa Rica por la vía aérea, marítima y terrestre en el contexto de emergencia nacional por COVID-19.
- Deberán completar el formulario digital denominado Pase de Salud, disponible en el enlace <https://salud.go.cr>
- La delegación completa deberá utilizar mascarilla en forma correcta, durante la estancia en el aeropuerto. El uso de careta es opcional y complementaria al uso obligatorio de la mascarilla.
- La mascarilla podrá ser retirada solamente a solicitud de las autoridades de migración en los controles de ingreso.
- Los equipos deben estar al día con los requisitos de aseguramiento
- Deben cumplir con los protocolos sanitarios dentro de las instalaciones, indicados por el personal del aeropuerto e incluidos en el protocolo de operación paulatina⁶.
- En ningún momento podrán socializar con personas que no formen parte de la delegación oficial.

5.9 Responsabilidad de las Federaciones y Asociaciones:

- Las Federaciones y Asociaciones Nacionales de Representación Nacional y otras entidades deportivas avaladas, deben coordinar previamente bajo autorización del Ministro del Deporte, los requisitos de salida y llegada de las delegaciones.
- Se deben establecer registros sobre los datos personales, los itinerarios de viaje y lugar de hospedaje, cantidad de días y cualquier otra información necesaria sobre las delegaciones.
- Elaborar un documento o acuerdo de carácter obligatorio donde cada integrante de la delegación firme este compromiso de aislamiento social y reporte diario de condición de salud (signos o síntomas relacionados con COVID-19), en el entendido que el no acato de las reglas los hará incurrir en la apertura de un proceso disciplinario y la consiguiente orden de aislamiento.
- Establecer un sistema de seguimiento y trazo epidemiológico de control de integrantes de la delegación (telemedicina, tele consulta u otro), durante los 14 días desde el día de ingreso al país.
- Garantizar que si alguna persona integrante de la delegación presenta sintomatología o presente temperatura igual o mayor a 38 grados Celsius sugestiva de COVID-19, deberá ser aislado y se coordinará una nueva prueba de PCR para ser referido de inmediato a los servicios de salud en caso de ser necesario.
- Se deberá realizar la investigación epidemiológica a fin de determinar si existen contactos cercanos que deban ser puestos en cuarentena.

⁶https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/mroc_01_apertura_AIJS_21082020.pdf

6. OBSERVANCIA

Designación de funcionario de ICODER, quien supervisará la implementación y aplicación de los lineamientos y protocolos vigentes, en las delegaciones visitantes y locales.

Instancia que ejerce control -regulación sobre este lineamiento	Medios de Verificación / Evidencia
Ministerio de Salud	Atención y seguimiento de denuncias
Ministro del Deporte (Comisión Técnica Asesora)	Seguimiento del cumplimiento
Federaciones y Asociaciones Nacionales de Representación Nacional y otras entidades deportivas avaladas, bajo autorización del Ministro del Deporte	Acatamiento y cumplimiento del lineamiento
Delegaciones internacionales: Para efectos de este lineamiento cuando se refiere a la delegación, se refiere a atletas y Para atletas, cuerpos técnicos, personal administrativo, árbitros, federativos, comisarios y otras personas de apoyo para el evento.	Acatamiento y cumplimiento del lineamiento

ANEXOS

Formas de detener el contagio, protocolo de lavado de manos, protocolo de estornudo y tos, otras formas de saludar y factores de riesgo.

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.



¿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



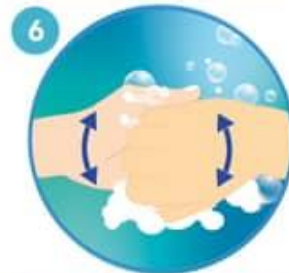
3
Frote sus manos palma con palma



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



5
Frote 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
Rodeando el pulgar izquierdo con la palma de la mano derecha, frote con un movimiento de rotación y viceversa



8
Frote 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
Sacuda muy bien las manos y séquelas idealmente con una toalla desechable



11
Use la toalla para cerrar la llave



Ministerio
de **Salud**

¿Cuándo hay que lavarse las manos?



Antes de tocarse la cara



Antes de preparar y comer los alimentos



Después de ir al baño



Antes y después de cambiar pañales



Después de toser o estornudar



Después de visitar o atender una persona enferma



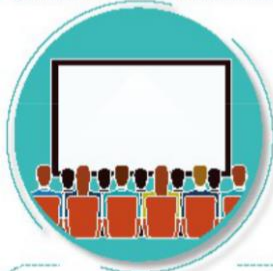
Después de tirar la basura



Después de utilizar el transporte público



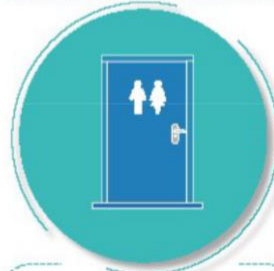
Después de estar con mascotas



Luego de estar en zonas públicas



Después de tocar dinero o llaves



Después de tocar pasamanos o manijas de puertas

Forma correcta de toser y estornudar



Ministerio
de **Salud**



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
SINO SE HA LAVADO
LAS MANOS
CON AGUA Y JABÓN

¡DETENGA EL CONTAGIO!