



JM11VBCLINICS CORPORATION  
PO BOX 2616 JUNCOS PUERTO RICO 00777

REINICIO DE ACTIVIDADES DE ENTRENAMIENTO PRESENCIAL  
PROTOCOLO DE REAPERTURA



JOSE M MULERO APONTE

Tel. (787) 514-9032 / (787) 501-1174

Email: [clinicas@josemulero11.com](mailto:clinicas@josemulero11.com)

[www.josemulero11.com](http://www.josemulero11.com)



## PROTOCOLO DE REAPERTURA DE ACTIVIDADES DE ENTRENAMIENTO PRESENCIAL ADAPTADAS A LA SITUACION DE COVID 19 QUE ENFRENTA EL PAIS Y EL MUNDO

### JM11VBCLINICS CORPORATION

La pandemia del nuevo Coronavirus (COVID-19) ha mantenido el distanciamiento físico y social de las personas lo que ha redundado en la interrupción por tiempo considerable del entrenamiento de voleibol de los equipos y los niños (as) y jóvenes que los integran. Queda establecido que un reinicio de una actividad física, recreativa, deportiva y/o competitiva no puede llevarse a cabo de una manera brusca o atropellada porque podría desencadenar lesiones y emociones fuertes en los participantes. La falta de condición física, hábitos irregulares de alimentación y/o descanso, desinterés, entre otros pueden agravar la situación. Esto pese a haber participado activamente en sesiones virtuales de entrenamiento.

Antes de la reapertura, es imperativo hacer una limpieza y desinfección general de todas las áreas y el mobiliario de la instalación deportiva. Y una vez determinada la reapertura gradual y hasta la total, deben atemperarse las políticas generales a esta nueva realidad por lo menos hasta que una vacuna inmunizante o un tratamiento probado y adecuado que sea establecido.

A tenor con la Carta Circular 2020-03 promulgada el 12 de junio de 2020 por el Departamento de Recreación y Deportes se designa a José M. Mulero Aponte como contacto con el DRD para el cumplimiento de la política pública sobre reapertura y manejo del riesgo del nuevo coronavirus (COVID-19)

Para ello hemos establecido lo siguiente:

- Realizar la limpieza y desinfección más a menudo, mínimo dos veces al día, especialmente de las superficies de contacto manual como puertas, rejillas, barandillas, bancos, sillas, percheros y baños, entre otros.
- Disponer en el momento del inicio de la actividad de una cantidad suficiente de material de protección para los participantes (mascarillas, guantes, soluciones

Tel. (787) 514-9032 / (787) 501-1174

Email: [clinicas@josemulero11.com](mailto:clinicas@josemulero11.com)



desinfectantes con 70% de alcohol, escudo facial de ser necesario) y para los trabajadores en función de su cometido

- Llevar un control estricto del acceso a la instalación, restringido a las personas debidamente autorizadas, que inicialmente será padre, madre o encargado del menor.
- Divulgar a través de la instalación información clara y concisa de normas prudentes de aseo y normas de comportamiento social, mediante carteles y señales de recursos, para minimizar el riesgo de contagio, distribuidas por zonas de práctica deportiva, entrada y principales zonas de paso. En esta información se dejará constancia del carácter complementario y subordinado de estas exigencias y normas respecto a lo establecido por las autoridades sanitarias y gubernamentales.
- La reapertura (según vaya siendo autorizada por el Gobierno) en la entidad se llevará a cabo por fases (las cuales pueden ser más restrictivas que las dispuestas) para garantizar la salud y seguridad de todas las partes involucradas.
- Conscientes de la enorme responsabilidad que acarrea el entrenamiento de menores, se determina que:
- En la primera fase, el entrenamiento será individualizado (one to one), en la que el entrenador y el niño (a), joven mantengan el distanciamiento social requerido, fuera de cancha cubran su boca y nariz en todo momento y el participante reciba instrucciones, estrategias y técnicas del entrenador sin mediar contacto físico. El participante deberá estar acompañado en todo momento por su padre, madre o tutor. El entrenamiento durará una hora aproximadamente. Y en todo momento se enfatizará en las prácticas adecuadas de higiene y seguridad. El acompañante del menor permanecerá en el área fuera de la zona de entrenamiento.
- En los días en que se realicen múltiples entrenamientos, hasta que no abandone el lugar el participante y su padre, y se proceda a revisar e higienizar todas las áreas, no podrá acceder a la instalación el siguiente participante con su encargado.
- En caso de que cualquier participante, padre o visitante manifestara o fuera evidente que presenta síntomas relacionados al COVID -19 será referido a que reciba atención médica en su entorno familiar y comunitario y no podrá ser

Tel. (787) 514-9032 / (787) 501-1174

Email: [clinicas@josemulero11.com](mailto:clinicas@josemulero11.com)



readmitido hasta que presente una certificación que sostenga que está libre de cualquier enfermedad contagiosa y/o que pongan en peligro su propia integridad.

- Esta constituye la primera fase de entrenamiento presencial adaptada a la situación provocada por el nuevo coronavirus, la cual se irá adaptando por fases. Una segunda fase incluirá hasta seis (6) menores con sus padres, madres o encargados respectivos. Siguiendo las mismas normas de seguridad, distanciamiento, lavado de manos, higienización y limpieza establecidos. En esta fase los participantes no tendrán contacto físico entre si y las estrategias y técnicas serán mediante simulaciones. Una tercera fase incluirá hasta doce (12) menores con sus respectivos padres, madres o encargados siguiendo las normas establecidas. Así sucesivamente para alcanzar una última fase donde se incluya público y visitantes en práctica, clínica, taller o evento siguiendo las normas de salubridad y manteniendo distancia física apropiada.
- En todas las instancias se mantendrá control de acceso y distancia entre participantes y sus padres, madres o encargados.
- Cada menor deberá llevar su vestuario, indumentaria de seguridad, así como equipo y material de protección personal..
- Los balones y otros implementos provistos por la entidad (de ser necesario) serán higienizados por el entrenador, quien velará que cada menor lave e higienice sus manos por lo menos cada media hora y/o en los recesos.
- Los participantes, sus padres, madres, encargados serán orientados sobre este protocolo y todo el proceso según se vayan aproximándose cada fase y cada día de práctica y aquellas instancias en que se realicen algunas no presenciales (por vía electrónica) se continuará enfatizando en la importancia y el carácter compulsorio de cumplir con todas y cada una de las medidas de seguridad y salud establecidas.

***Sometido a Departamento de Recreación y Deportes junio 2020.***

Tel. (787) 514-9032 / (787) 501-1174

Email: [clinicas@josemulero11.com](mailto:clinicas@josemulero11.com)