



## APÉNDICE

### Producto para uso de los empleados:

Aerosoles desinfectantes a base de alcohol y toallas de papel; desinfectante y jabón para las manos; no se necesita equipo de protección personal (PPE, por sus siglas en inglés).

Habrà desinfectante para las manos disponible para utilizar cuando los deportistas cambien de estación.

### Procedimientos a seguir por los estudiantes deportistas y entrenadores para desinfectar durante los entrenamientos de fuerza y acondicionamiento

- **Aerosoles desinfectantes a base de alcohol**
  - Utilizar aerosoles desinfectantes a base de alcohol en la barra estándar, el banco y la silla de pesas, en las pesas (si hay cambio de pesas) después de que cada deportista haya completado su set de repeticiones. Luego, limpiar con una toalla de papel y dejar que se seque con el aire.
  - Utilizar aerosoles desinfectantes a base de alcohol en el piso del gimnasio después de cada contacto directo que haya con la piel. Dejar que seque con el aire.
  - Durante el acondicionamiento en el campo deportivo; habrá estaciones con desinfectante para manos disponibles en el campo.
- **La responsabilidad del estudiante deportista:**
  - Los deportistas tendrán que bañarse y lavar su ropa de entrenamiento tan pronto regresen a casa.
  - Se debe llevar la ropa y el calzado apropiado en todo momento en el salón de pesas para minimizar que el sudor se traspase a los equipos y otras superficies.
  - Jabón para las manos: Lavarse las manos durante 20 segundos utilizando jabón desinfectante. Utilizar desinfectante para las manos según se necesite.

### Procedimiento de desinfección por el personal de conserjería del turno del día durante el entrenamiento de fuerza y acondicionamiento:

El personal de conserjería del turno del día tiene la asignación de ayudar a los estudiantes deportistas y entrenadores durante el entrenamiento de fuerza y acondicionamiento. El personal de conserjería del turno del día ayudará a desinfectar durante el entrenamiento de fuerza y acondicionamiento en el cual los estudiantes deportistas roten de una estación a otra.

El personal de conserjería del turno del día desinfectará regularmente durante el día oficina con un desinfectante para uso en hospitales y registrado por la EPA los baños y las superficies de mucho uso durante y entre los grupos de estudiantes atletas que se reporten para el entrenamiento de fuerza y acondicionamiento.

### Procedimiento de desinfección por el personal de conserjería del turno de la noche cuando los entrenamientos de fuerza y acondicionamiento hayan terminado:

El personal de conserjería del turno de la noche desinfectará todas las áreas deportivas, superficies del suelo, baños, superficies de mucho uso, equipos de pesas y relacionados con un desinfectante para uso en hospitales y registrado por la EPA y limpiarán con un paño de microfibra. Se utilizará el método por nebulización "fogging" en la sala de fuerza y acondicionamiento cuando sea necesario.