

RECOMENDACIONES GENERALES Y MEDIDAS DE PREVENCIÓN

- La higiene de manos, de manera frecuente, es la medida principal de prevención y control de la infección luego de tocar superficies públicas (mostradores, pasamanos, picaportes, barandas, etc.), manipular dinero, llaves, animales, ir al baño.
- La mencionada higiene de manos debe realizarse con soluciones a base de alcohol.
- Mantener una distancia mínima de 2 metros con cualquier persona.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Cubrirse la boca y nariz al toser o estornudar con el pliegue del codo o con un pañuelo desechable.
- Ventilar los ambientes mediante la apertura de puertas y ventanas que produzcan circulación cruzada del aire.
- La limpieza de superficies y objetos se recomienda que sea húmeda y frecuente, con productos como alcohol al 70%, lavandina, etc.
- Una vez realizada la limpieza de superficies se procede a su desinfección.
- Los elementos de protección personal (barbijos, guantes descartables y máscaras óculo facial), deben ser adecuados al riesgo o riesgos frente a los que debe ofrecerse protección acorde con la actividad.
- Utilizar Elementos de Protección Personal (EPP), o que puedan desinfectarse después del uso, siguiendo las recomendaciones del fabricante. La correcta colocación de los EPP es fundamental para evitar posibles vías de ingreso del agente biológico.



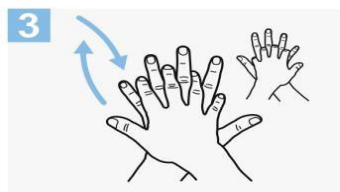
1a
Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;



1b



2
Frótese las palmas de las manos entre sí;

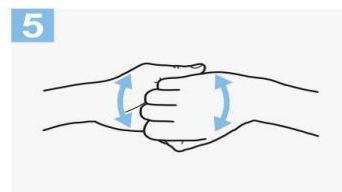


3
Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



4

Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



5

Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



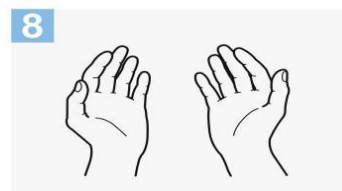
6

Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



7

Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



8

Una vez secas, sus manos son seguras.

Crédito: OMS

PROCOLOS SANITARIOS POR DISCIPLINA DEPORTIVA

4.- HIPISMO

- Al ingresar y al salir a la caballeriza habrá un dispensador de alcohol en gel o alcohol etílico diluido al 70 %, para el uso obligatorio de todas las personas antes de iniciar la actividad.
- Para deportistas que monten de manera individual, con o sin supervisión, por pista podrá haber como máximo, hasta tres por turno, respetando el distanciamiento social.
- Los turnos y todo procedimiento administrativo se realizarán por medios electrónicos.
- Entre cada turno otorgado, deberá haber una diferencia de 30 minutos para la desinfección de los espacios de uso común, los sanitarios, y a efectos de garantizar que no se crucen los usuarios y/o deportistas.
- Ningún alumno podrá permanecer tiempo extra en los espacios de práctica o las instalaciones institucionales para evitar la aglomeración de personas en las caballerizas.
- No tomarán clases los alumnos o alumnas que presenten síntomas de Covid-19. A tal efecto, la institución proveerá los elementos para tomar temperatura a los ingresantes.
- Se utilizará barbijo o tapaboca sin excepción. Únicamente se permitirá sacarse el barbijo durante el tiempo que los alumnos tengan que montar, debiendo colocárselo apenas termine la práctica deportiva.
- Los alumnos montarán exclusivamente en el picadero reservado para la escuela. Podrán salir a trabajar a otras pistas siempre y cuando no haya otros jinetes montando al mismo tiempo.
- La institución deberá contar con el personal para hacer las desinfecciones pertinentes entre turnos.
- Al inicio y finalización de la jornada de clases se deberán limpiar los equipos con agentes sanitizantes.
- Los practicantes deberán llegar vestidos con ropa de práctica y se retirarán en la misma condición debido a la prohibición del uso de vestuarios.
- No se podrá compartir equipo de entrenamiento o práctica de ninguna índole. En caso de que un mismo equipo sea utilizado por varios alumnos o alumnas a lo largo de la jornada, se espaciarán los turnos con intervalos de 40 minutos a fin de desinfectar apropiadamente los materiales con alcohol al 70% o agua con lavandina, según sea el caso.
- No se utilizarán bares, buffets, ni espacios para comer o reuniones durante la práctica.
- En caso de requerir una reunión de carácter propedéutica, deberá realizarse con la mayor brevedad y manteniendo una distancia de 3 metros entre los integrantes.
- Las instituciones informarán a alumnos y alumnas, tal como a padres y madres de los mismos sobre las nuevas normativas y protocolos a cumplir.