



PROTOCOLO DE USO RESTRINGIDO DEL CLUB - COVID 19 CLUB DE POLO Y EQUITACIÓN SAN CRISTOBAL

PASO 2

1. OBJETIVO

El presente protocolo se ha desarrollado con la finalidad de hacer la operación del Club coherente con las recomendaciones de la Autoridad Sanitaria. Va dirigida a los socios, trabajadores y proveedores del Club en el marco de la apertura gradual de las instalaciones del Club.

Establece medidas preventivas y lineamientos de operación en el contexto del COVID 19 para el "Paso 2 transición" del plan de desconfinamiento gradual.

2. GENERALIDADES

Este protocolo se define en el marco de un espíritu general que es el cuidado de la salud de nuestros socios, colaboradores y sus familias y siempre bajo el amparo del estatuto normativo establecido en los "pasos" regulados en la resolución exenta N° 591 del Ministerio de Salud, publicada en el Diario Oficial del sábado 25 de julio de 2020, que "Dispone Medidas Sanitarias que indica por Brote de Covid-19 y Dispone Plan 'Paso a Paso'" (en adelante, "la Resolución") y modificada por la Resolución Exenta N° 663 del Ministerio de Salud, publicada en el Diario Oficial con fecha 11 de Agosto del 2020.

Las presentes medidas se han adoptado para todo quien ingrese a las dependencias del Club siga el protocolo que se detalla, independiente que en las áreas particulares se tomen medidas específicas para poder realizar las actividades que ahí se desarrollan, las que se detallan en apéndices de este documento.

A continuación se detallan algunos aspectos que se han desarrollado para poder operar con apertura parcial:

- 2.1. Se mantienen turnos éticos para mantención básica en áreas que no se abrirán a los socios, tanto en instalaciones deportivas como sociales del Club.
- 2.2. Se prioriza dejar en sus casas a trabajadores de mayor riesgo, tales como mayores de 75 años de edad, enfermos con enfermedades previas como diabetes, hipertensión, problemas respiratorios, etc.
- 2.3. Solo se citará a trabajar a empleados con domicilio en comunas en Paso 2 o superior, es decir que no estén en cuarentena.
- 2.4. Modificación de horarios para facilitar el distanciamiento social en la práctica de deportes autorizados por la autoridad sanitaria.
- 2.5. Aprovisionamiento especial de higiene.
- 2.6. No se podrán hacer actividades deportivas masivas (clases, campeonatos, clínicas).



PROTOCOLO DE USO RESTRINGIDO DEL CLUB - COVID 19 CLUB DE POLO Y EQUITACIÓN SAN CRISTOBAL

PASO 2

3. CONTROL DE INGRESO A AMBAS SEDES DEL CLUB

En portería de cada sede se hará el primer chequeo, revisando:

- 3.1. Que el socio tenga reserva realizada. Esto se hará por sistema electrónico y la lista de socios con reserva será actualizada continuamente en portería.
- 3.2. Que los socios y personas en general que ingresen al club sean menores de 75 años ya que “La Resolución” establece que los mayores de 75 años deben permanecer en sus domicilios, salvo las excepciones establecidas en la propia resolución.
- 3.3. Uso obligado de mascarilla cubriendo nariz y boca
- 3.4. Toma de temperatura. EN CONTROL SANITARIO de cada sector.
- 3.5. En el caso de controlarse una temperatura sobre los sobre 37.5°C, no se autorizará el ingreso al Club y se derivará a centro médico más cercano, en el caso del Club, Clínica Alemana.
- 3.6. Firma de declaración general que indica ausencia síntomas tales como: tos seca, dolor de cabeza, dolor de garganta, dificultad para respirar. Esta firma será electrónica al utilizarse los sistemas de reserva implementados por el Club. Se podría reemplazar la firma de la declaración por un registro fotográfico en la que la persona asienta con el dedo pulgar hacia arriba en caso de falla de los sistemas.
- 3.7. Al no contar con los medios sanitarios requeridos para testeo o cuidado temporal de personas contagiadas, cualquier persona que presente síntomas que lo hagan sospechoso de contagio, será derivado de inmediato a la Clínica Alemana.
- 3.8. Solo acudir al sector habilitado para el uso. El resto del Club seguirá cerrado hasta que se informe.

4. PREPARACIÓN DE DISTINTAS ÁREAS

- 4.1. Cada área deberá realizar limpieza y sanitización espacios utilizables (Procedimiento de Aseo e Higiene COVID 19)
- 4.2. Se reforzará la higiene de baños habilitados.
- 4.3. Cada sector habilitado estará debidamente identificado
- 4.4. Se habilitarán estacionamientos para cada sector deportivo, que estarán debidamente identificados.

5. DISPOSICIONES GENERALES

- 5.1. Solo estarán abiertas algunas secciones del Club.
- 5.2. Hasta que se avise formalmente, los vestuarios no estarán habilitados por lo que los deportistas deberán venir listos para la actividad que vayan a realizar y no se podrán utilizar las duchas.
- 5.3. Se asignarán baños adecuadamente higienizados en lugares lo más próximos posible a los lugares de uso deportivo.



PROTOCOLO DE USO RESTRINGIDO DEL CLUB - COVID 19 CLUB DE POLO Y EQUITACIÓN SAN CRISTOBAL

PASO 2

- 5.4. Se debe, en todo momento, evitar el contacto cercano con empleados y otros socios, manteniendo los 2 metros de distancia.
- 5.5. Se deben respetar las consignas especiales definidas para cada área, incluidas en este documento o comunicadas en el lugar posteriormente.
- 5.6. No están permitidas las visitas durante este período de Paso 2.
- 5.7. Quien no cumpla las disposiciones de este protocolo deberá dejar de hacer el deporte autorizado, abandonar el Club y no podrá hacer ingreso del club por al menos un mes, sin perjuicio de la sanción mayor que adopte el Comité de Disciplina designado por el Directorio. Lo anterior será fiscalizado por los profesores y personal administrativo del club.
- 5.8. Adicionalmente, se podrán aplicar medidas disciplinarias impuestas por el Comité de Disciplina designado por el Directorio.
- 5.9. En cada sector deportivo habilitado habrá un Controlador Sanitario, quien tiene la autoridad para hacer respetar las disposiciones establecidas en este protocolo y podrá, en caso de no cumplimiento, solicitar la detención de la práctica deportiva y el abandono de las instalaciones.



PROTOCOLO DE USO RESTRINGIDO DEL CLUB - COVID 19 CLUB DE POLO Y EQUITACIÓN SAN CRISTOBAL

PASO 2

DISPOSICIONES PARTICULARES POR DEPORTE



TENIS

1. CIRCULACIÓN

- 1.1. Solo se ingresará y saldrá por sector squash haciendo el control sanitario correspondiente
- 1.2. Solo estarán autorizados a ingresar aquellos jugadores que tienen cancha reservada.
- 1.3. Se tendrá listado de reservas actualizado en portería para permitir ingreso al Club.
- 1.4. Otros mecanismos tecnológicos para reserva y control de ingreso serán comunicados oportunamente.
- 1.5. No se dejará entrar al Club a “esperar” que se desocupe una cancha.
- 1.6. Estarán disponibles solo los baños de la pérgola.

2. HORARIOS Y RESERVAS

- 2.1. Las reservas de canchas serán de 1 hora con turnos alternados entre canchas pares e impares. Estos turnos responden a la necesidad de sectorización y desconcentración.

Turnos canchas Martes a Viernes	
CANCHAS 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 19	CANCHAS 1, 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20
08:00 a 09:00	
	09:30 a 10:30
11:00 a 12:00	
	12:30 a 13:30
14:00 a 15:00	
	15:30 a 16:30
17:00 a 18:00	
	18:30 a 19:30

- 2.2. Solo se puede reservar 3 veces por semana y no el mismo día.
- 2.3. Cierre general de canchas 19:30 horas, las luces se cortarán por timmer.
- 2.4. Las reservas tanto por teléfono como por Easycancha se podrán realizar con 48 horas de anticipación.
- 2.5. El funcionamiento del sistema de reserva easycancha se comunicará oportunamente.



PROTOCOLO DE USO RESTRINGIDO DEL CLUB - COVID 19 CLUB DE POLO Y EQUITACIÓN SAN CRISTOBAL

PASO 2

- 2.6. El teléfono de contacto para consultas y reservas complementario, será el +569 8388 0259 (Patricio Aravena).
- 2.7. Solo podrán jugar socios, no se podrá jugar con visitas.

3. DURANTE EL JUEGO

- 3.1. Cada cancha podrá ser ocupada sólo por dos jugadores.
- 3.2. No podrán haber 2 jugadores del mismo lado de la cancha.
- 3.3. Se podrán realizar clases particulares en cuyo caso, podrán haber en la cancha tres personas. En este caso el profesor tendrá que hacerlo fuera de la cancha.
- 3.4. La reserva de cancha para las clases particulares la realizará directamente el profesor en el sistema.
- 3.5. Está prohibido hacer clases grupales.
- 3.6. Se permite jugar sin mascarilla.
- 3.7. Aplicar alcohol gel al comienzo y final de la práctica.
- 3.8. Desinfectar las pelotas, previo a uso. Se requiere que no las usen en otros clubes, que las destinen solo al Club. Se sugiere uso de pelotas nuevas.
- 3.9. No se permite dar la mano al otro jugador.
- 3.10. No se podrán intercambiar raquetas entre jugadores.
- 3.11. Todo jugador deberá traer su propio líquido y botella. No se venderán en el Club.

4. DESPUÉS DEL JUEGO

- 4.1. Durante este período no podremos contar con cancheros por lo que cada tenistas deberá dejar la cancha en la misma o mejor condición que la recibió. Es decir, tendrá que pasar el saco después de terminar de jugar. Habrán guates disponibles para esta función.
- 4.2. Tenistas deberán retirarse de las canchas manteniendo distancia de 1 a 2 metros, usando mascarilla.
- 4.3. No se podrán duchar en el Club.
- 4.4. Los únicos baños para uso son los ubicados en la pérgola.



PROTOCOLO DE USO RESTRINGIDO DEL CLUB - COVID 19 CLUB DE POLO Y EQUITACIÓN SAN CRISTOBAL

PASO 2



GOLF

1. CIRCULACIÓN

- 1.1. Ingreso exclusivo por sector casilla.
- 1.2. Solo estarán autorizados a ingresar aquellos jugadores que tienen reserva de tee time debidamente pagado u hora para retirar zapatos, carros, bolsas de palos, palos, baterías y otros objetos y/o accesorios que se encuentren en los camarines y/o guardería o casilla de palos en las condiciones que se establecen más abajo.
- 1.3. Solo se puede utilizar el estacionamiento dispuesto para el golf.

2. GENERALIDADES

- 2.1. No habrá guardería de palos por lo que cada jugador deberá traer consigo sus palos y equipamiento.
- 2.2. Los jugadores deben traer agua, bebidas y/o alimentos desde sus casas. No habrá venta en el interior del club.
- 2.3. Los jugadores deberán llegar a la cancha listos para jugar, con todo el equipo e indumentaria de golf.
- 2.4. No se pueden dejar zapatos, accesorios y equipamiento, en general, en el Club, bajo ninguna circunstancia.
- 2.5. No se podrán prestar palos, pelotas, carros de tiro o batería y todo otro tipo de accesorios durante el juego.
- 2.6. No se podrá lavar y/o limpiar palos, zapatos, y equipamiento en general en las instalaciones del Club. Los jugadores lo deberán hacer cuando se vayan del club, en sus respectivas casas.
- 2.7. En los tees de salida tratar de no tocar el pasto con la mano al colocar el tee.
- 2.8. Sólo estará disponible el baño de hombre y de mujeres de los sectores camarines bajo las siguientes condiciones:
 - Solamente una persona podrá usar y permanecer en el baño de manera simultánea.
 - Lavarse las manos al entrar y salir del baño.
 - Uso obligatorio de mascarilla.
 - Aplicar desinfectante a todos los artefactos de baño y objetos utilizados y/o tocados.



PROTOCOLO DE USO RESTRINGIDO DEL CLUB - COVID 19 CLUB DE POLO Y EQUITACIÓN SAN CRISTOBAL

PASO 2

- 2.9. El Driving Range (cancha de práctica), Putting Green y en general las zonas de práctica se encuentran cerradas durante el Paso 2, salvo las excepciones establecidas en el número siguiente.
- 2.10. Se podrán realizar clases particulares en la cancha de práctica, putting Green y demás lugares de práctica. El Club o el profesor serán responsables de reservar el horario de la clase. Asimismo, podrán usar las zonas de práctica aquellos profesionales y/o jugadores de alto rendimiento, debidamente autorizados por la Administración.
- 2.11. El uso de carros de golf (cart o buggies) no se encuentra autorizado en Paso 2.
- 2.12. No habrá carro de acercamiento para el hoyo 11.
- 2.13. Cada grupo o salida no podrá tener más de 4 personas. En el Paso 2, no debe utilizarse caddie, permitiendo sí el uso de un supervisor de grupo, "forecaddie" o inspector de cumplimiento de protocolos para reforzar y asegurar la mejor aplicación de los protocolos, el cual no tendrá contacto alguno con los jugadores y se desplazará a una distancia de, al menos, 5 metros del grupo de juego. El forecaddie, además permite un mejor ritmo en la cancha, evitando así aglomeraciones de personas innecesarias, al ser éstos los encargados de orientar a los deportistas en la búsqueda rápida e individual de sus pelotas en la cancha. Se deja expresamente establecido que este forecaddie no podrá llevar palos y sólo asistirá al grupo mirando y buscando pelotas, dar distancias, reparar divots, levantar piques, rastrillar bunker (con un rastrillo que se haya asignado al forecaddie, con su nombre y que llevará siempre consigo) y otras similares. Le está prohibido al forecaddie la manipulación de la bolsa, palos, pelotas y otros accesorios de golf de los jugadores del grupo.
- 2.14. Los jugadores deben resguardar las medidas sanitarias recomendadas por la autoridad tales como uso de alcohol gel o lavado permanente de manos, utilizar mascarillas en caso necesario y mantener el distanciamiento social de, a lo menos, 3 metros.
- 2.15. Durante la caminata del juego, la distancia entre jugadores deberá ser un mínimo de 5 metros.
- 2.16. Llevar consigo alcohol gel y usarlo frecuentemente (idealmente después de jugar cada hoyo).
- 2.17. No utilizar bajo ninguna condición las bancas o asientos, fuentes o llaves de agua, limpiadores de bolas y sus accesorios, y cualquier otro elemento sólido en el que se pueda alojar el virus.
- 2.18. El auto del jugador debe estacionarse en los lugares designados por la administración, dejando un espacio libre entre auto y auto y tener puesta mascarilla hasta salir a jugar desde la salida del tee del hoyo 1 o 10, según corresponda. En cuanto termine de jugar, al salir del Green, deberá colocarse nuevamente la mascarilla.

3. HORARIOS Y RESERVAS

- 3.1. Solo podrán jugar socios, no se podrá jugar con visitas.
- 3.2. No regirán los convenios de reciprocidad durante este período.
- 3.3. **La casilla de palos no estará habilitada para la atención al público**, por lo que los pagos, obtención de ticket de salida, registro de score y cualquier otra actividad que requería anteriormente la presencia física del jugador, se deberá hacer online o por medios electrónicos.



PROTOCOLO DE USO RESTRINGIDO DEL CLUB - COVID 19 CLUB DE POLO Y EQUITACIÓN SAN CRISTOBAL

PASO 2

- 3.4. Solo se podrá ingresar al club teniendo una reserva registrada. **No se puede llegar a jugar golf en forma directa y presencial.**
- 3.5. De manera que exista una distancia adecuada entre Grupos, los horarios de salida se asignarán como mínimo cada 12 minutos.
- 3.6. Durante esta etapa, los horarios serán los siguientes:
 - 3.6.1. 18 hoyos: salidas cada 12 minutos desde las 7:45 hasta las 13:30
 - 3.6.2. 9 hoyos: salidas cada 12 minutos entre las 7:45 y las 9:15 por el hoyo 10
 - 3.6.3. 9 hoyos: salidas cada 12 minutos entre las 13:45 y las 16:00 por el hoyo 1
- 3.7. Con el objeto de evitar aglomeraciones, ningún miembro del grupo de salida o tee time puede llegar al club o bajarse de su auto o medio de transporte antes de 15 minutos de su horario de salida o tee time.
- 3.8. En el caso de no presentarse a la hora perderá su reserva. De no mediar una justificación enviada a la comisión de golf, no podrá reservar nuevamente en un mes. Esta medida se basa en que la reserva bloquea la posibilidad de otro jugador de usar las instalaciones, sin perjuicio de una sanción mayor que adopte el Comité de Disciplina designado por el Directorio.
- 3.9. El sistema de reserva oficial de salida es el sistema EasycanCHA. Este sistema permite reservar, pagar y está conectado directamente a la Federación por lo que los tickets de salida son automáticos.
- 3.10. En caso de tener problema con el sistema de reserva EasycanCHA, durante los primeros días, se podrá reservar con el siguiente sistema:
- 3.11. Para poder salir a jugar se deberá registrar previamente la salida o grupo en un horario de salida o tee time. Para esto efectos, una persona del grupo deberá enviar un correo electrónico a golf.clubdepolo@clubdepolo.cl :
 - con al menos 12 horas de anticipación si la hora de salida es de martes a viernes (hasta las 12), en el cual deberá enviar el tee time entre las 8:00 y las 12:00 horas del día anterior.
 - con 44 horas de anticipación si la hora de salida cae en los días viernes a partir de las 12.
 - incluyendo los siguientes antecedentes:
 - a) El asunto deberá decir "tee time" con el día salida solicitada, ejemplo "tee time viernes 21 de agosto".
 - b) Nombre de cada uno de los jugadores.
 - c) RUT o Número de Cédula de Identidad de cada uno de los jugadores.
 - d) Índice de cada uno de los jugadores o la circunstancia de no tener índice (sólo para los días de semana hasta el viernes a las 12).
 - e) Día y hora tentativa y aproximada en que se solicita el tee time o salida.
 - f) Número de hoyos a jugar (9 o 18 hoyos).
- 3.11. Una vez recibida esta información, la administración comunicará la hora y hoyo de salida asignados, conforme a la hora tentativa solicitada y según disponibilidad, la que se determinará por estricto orden de recepción de los correos electrónicos.
- 3.12. Los pagos de derechos de salidas, green fee y cualquier otro pago deberá ser efectuado online o por medio electrónicos con, a lo menos 15 minutos de anticipación al horario de salida. Para estos efectos, todo pago deberá ser hecho a la siguiente cuenta:



PROTOCOLO DE USO RESTRINGIDO DEL CLUB - COVID 19 CLUB DE POLO Y EQUITACIÓN SAN CRISTOBAL

PASO 2

- Club de Polo y Equitación San Cristóbal
 - Banco Chile
 - Cta Cte nº 00-162-13617-10
 - RUT 91.149.000-5
 - golf.clubdepolo@clubdepolo.cl
- 3.13. Una vez efectuado el pago deberá enviarse comprobante de depósito o de la transferencia al correo electrónico golf.clubdepolo@clubdepolo.cl con indicación de:
- Nombre del jugador.
 - RUT o Número de Cédula de Identidad del jugador.
 - Día y hora de salida.
 - Concepto que se paga, ya sea derecho de salida, Green fee u otro.
- 3.14. Los tickets de salida en el sistema FEDEGOLF y otros comprobantes serán generados automáticamente por la administración del Club una vez recibidos y/o acreditados los pagos respectivos. En caso de ser requerido, éstos serán enviados al correo electrónico que el jugador señale.
- 3.15. Se deja constancia que el starter, marshall u otro colaborador puede exigir en cualquier momento acreditar un pago y que se envíe por correo electrónico.
- 3.16. La inscripción por correo electrónico tiene por objeto dejar registro electrónico y por escrito de las solicitudes y operaciones, en general.

4. RETIRO DE CARROS Y BOLSOS DE GOLF DE LA CASILLA

- 4.1. Todos los jugadores que quieran sacar sus palos del club o jugar golf deberán retirar sus zapatos, carros, bolsas de palos, palos, baterías y otros objetos y/o accesorios que se encuentren en los camarines y/o guardería o casilla de palos en las condiciones que se establecen a continuación.
- 4.2. Para proceder al retiro se debe enviar correo electrónico a golf.clubdepolo@clubdepolo.cl para inscribirse para el retiro de los objetos antes señalados.
- 4.3. La administración señalará día y hora para retirar los equipos de acuerdo a su inscripción.
- 4.4. El día y hora señalados los equipos se ubicarán al frente de la casilla y el jugador deberá retirarlos y se le tomará una foto con los equipos para los efectos de dejar registrado el retiro. Para este proceso el uso de **maskarilla y guantes será obligación**.
- 4.5. Una vez efectuado entregados los objetos estos deberán ser desinfectados, asegurando personalmente de una limpieza adecuada y de llevar los insumos para ello.
- 4.6. Se hace presente que el día y hora de retiro de los objetos, puede hacerse coincidir con el día reservado para un hora de salida o tee time, debiendo el jugador tomar todas las providencias necesarias para no atrasarse y cumplir con todos los horarios y condiciones establecidas en este protocolo.
- 4.7. Notas Importantes:
 - a) El jugador NO inscrito, no tendrá derecho al retiro de su equipo.



PROTOCOLO DE USO RESTRINGIDO DEL CLUB - COVID 19 CLUB DE POLO Y EQUITACIÓN SAN CRISTOBAL

PASO 2

- b) Evitar sociabilización con las personas a cargo del retiro de palos y con otros socios que se encuentren en el lugar. Mantenga siempre una distancia de 3 metros con cualquier persona.
- c) No se aceptarán medidas o condiciones especiales.

5. ASPECTOS REGLAMENTARIOS

- 5.1. **Las astabanderas *deberán permanecer fijadas en el hoyo en todo momento.*** Ninguna persona podrá tocar la bandera y/o asta de bandera. Durante una vuelta, el jugador no podrá sacar del hoyo o tocar con la mano una astabandera. *Penalidad por quebrantar la Regla Local: Penalidad General (2 golpes de castigo).*
- 5.2. Para estos efectos el club ha comprado y dispuesto en cada asta de bandera, un dispositivo anexo al asta para sacar la pelota del hoyo con el putter u otro palo.
- 5.3. **No habrán rastrillos en la cancha.** Una vez que se ejecute el golpe el jugador deberá alisar la superficie con el pie o un palo.
- 5.4. La Comisión de golf ha dispuesto como regla local (conforme a las normas establecidas por la R&A y la FSG –Federación Sudamericana- de Golf) que, en el evento de que la bola permanezca en una pisada o se encuentre en lie (posición) irregular, se podrá hacer lie mejorado (tee up) en una área dentro del bunker que esté dentro de la longitud de un palo de distancia del punto original donde reposa de la bola y no más cerca del hoyo.
- 5.5. **Para que no haya intercambio de tarjetas,** se modifica la Regla 3.3b con el objeto de que los scores del jugador deban ser registrados por él mismo, en su propia tarjeta de score. Cuando la vuelta se ha completado, el jugador deberá certificar verbalmente sus scores de cada hoyo con uno de los jugadores de su grupo. *Penalidad por quebrantar la Regla Local: Descalificación.*
- 5.6. El juego de golf bajo las recomendaciones planteadas está pensado en el juego recreativo, por lo que no es aplicable para competencias formales u oficiales durante el período que se juegue con una o más de las Reglas Locales sugeridas.
- 5.7. Sin perjuicio de lo anterior, las tarjetas que se presenten durante este período sí son aceptables para el cálculo del Índice (hándicap), en función de las Reglas Locales que se hubiese implementado cada club en particular a raíz de la Guía establecida por la FSG y la FCHG (Federación Chilena de Golf).

6. DESPUÉS DEL JUEGO

- 6.1. REGISTRO DE SCORES: Generada la salida en el sistema FEDEGOLF, los jugadores sólo podrán registrar sus scores por medio de la APP en sus teléfonos o en la página WEB utilizando la tarjeta virtual que FEDEGOLF ha creado luego de generarse la salida o bien luego de finalizar la vuelta.
- 6.2. No se podrán duchar en el Club.
- 6.3. Los únicos baños para uso son los ubicados en el casino, siguiendo las instrucciones anteriormente señaladas.



PROTOCOLO DE USO RESTRINGIDO DEL CLUB - COVID 19 CLUB DE POLO Y EQUITACIÓN SAN CRISTOBAL

PASO 2

RECORDATORIO DE CONSEJOS GENERALES

- No compartir los elementos de protección personal.
- En el caso de utilizar Elementos de Protección Personal reutilizables, estos deben desinfectarse.
- Uso obligatorio de mascarilla y/o guantes, cubriendo nariz y boca.
- **COMO PONERSE, USAR, QUITARSE Y DESECHAR ADECUADAMENTE UNA MASCARILLA:**

1. Antes de colocarse la mascarilla deberá lavarse las manos con agua y jabón. De lo contrario aplicarse alcohol gel
2. Tómela de los elásticos, coloque detrás de las orejas y acomódela
3. Debe cubrir nariz, boca y barbilla
4. Evite tocar la mascarilla mientras la usa. Si lo hace, lávese las manos con agua y jabón. De lo contrario aplique alcohol gel
5. Cámbiese la mascarilla cuando se humedezca
6. No reutilice mascarillas desechable
7. Deséchela en un recipiente cerrado



- **GUANTES: COMO PONERSE, USAR, QUITARSE Y DESECHAR ADECUADAMENTE:**

1. Agarra la parte exterior del guante por la muñeca, sin tocar tu piel
2. Despega el guante de tu mano, tirando de él de dentro hacia afuera
3. Sostén el guante que acabas de sacar con la mano que aún esta enguantada
4. Despega el segundo guante metiendo los dedos dentro de él, a la altura de la muñeca
5. Da la vuelta al segundo guante mientras lo despegas de tu mano y dejas el primero dentro de éste
6. Desecha los guantes a la basura y lávate las manos con agua y jabón (o alcohol gel)





PROTOCOLO DE USO RESTRINGIDO DEL CLUB - COVID 19 CLUB DE POLO Y EQUITACIÓN SAN CRISTOBAL

PASO 2

- Lavado frecuente de manos con agua y jabón cuando tenga la posibilidad, de lo contrario puede usar alcohol gel, dispuesto en las diferentes áreas del Club
- Aplicar alcohol gel en manos (como refuerzo de lavado de manos o en caso de no contar agua y jabón)
- Evitar tocarse ojos, nariz y boca
- Realizar higiene de manos en forma permanente.
- **TÉCNICA PARA LAVADO DE MANOS:**

1. Mojar las manos
2. Aplicar jabón
3. Frotar las palmas
4. Frotar las muñecas
5. Frotar los dedos
6. Secar las manos con papel desechable o aire
7. El lavado debe realizarse por 20 a 30 segundos



- Saludos a distancia.
- Procurar en lo posible mantener 1 a 2 metros de distancia.
- Estornudar / toser en el antebrazo

ANTE CUALQUIER DUDA SOBRE LA POSIBILIDAD DE TENER ALGÚN SÍNTOMA DE LA ENFERMEDAD, LLAMAR A:

LLAME A SALUD RESPONDE

600 • 360 • 7777