

Five Ways to Prevent the Spread of COVID During Sports

Coaches, players, officials, parents, and others:



Check for symptoms before each meeting, gathering, practice or competition



STAY HOME from all activities if:

- You have any symptoms of COVID (cough, fever or chills, fatigue, aches, difficulty breathing, new loss of taste or smell, sore throat, congestion, nausea or vomiting, diarrhea)
- You have been around anyone with COVID
- You have tested positive for COVID



Wear face coverings whenever possible

- Face coverings are not intended to protect the wearer, but to protect people around the wearer (who may not have any symptoms of illness).
- Face coverings may be challenging to wear while actively playing. Coaches, staff, officials, parents, and spectators should wear face coverings as much as possible and players should wear when not actively playing.
- Wearing face coverings is most important when physical distancing is difficult, such as while on the bench.



Encourage thorough, frequent handwashing

- If soap and water are not readily available, use hand sanitizer that contains at least 60% alcohol



Do not allow spitting and encourage everyone to cover their coughs and sneezes with a tissue or use the inside of their elbow.

Cinco maneras de prevenir la propagación de COVID durante los deportes



Entrenadores, jugadores, oficiales, padres y otros:



Verifique los síntomas antes de cada reunión, reunión, práctica o competencia.



QUÉDESE EN CASA Y ABSTENGANSE DE todas las actividades si:

- Tiene algún síntoma de COVID (tos, fiebre o escalofríos, fatiga, dolor, dificultad para respirar, nueva pérdida de sabor u olfato, dolor de garganta, congestión, náuseas o vómitos, diarrea)
- Ha estado cerca de alguien con COVID
- Ha dado positivo por COVID



Use cubiertas faciales siempre que sea posible

- Las cubiertas faciales no están destinadas a proteger al usuario, sino a proteger a las personas que lo rodean (que pueden no tener ningún síntoma de enfermedad).
- Las cubiertas faciales pueden ser difíciles de usar mientras se juega. Los entrenadores, el personal, los funcionarios, los padres y los espectadores deben usar cubiertas faciales tanto como sea posible y los jugadores deben usarlos cuando no estén jugando activamente.
- El uso de cubiertas faciales es más importante cuando el distanciamiento físico es difícil, por ejemplo cuando están sentados en las gradas.



Fomentar el lavado minucioso y frecuente de manos

- Si no hay agua y jabón disponibles, use desinfectante para manos que contenga al menos 60% de alcohol



No permita escupir y aliente a todos a cubrirse la tos y los estornudos con un pañuelo de papel o usar la parte interna del codo.