

COVID-19

PAUTAS ACTUALIZADAS DE COMO JUGAR DE MANERA SEGURA

CONSEJOS Y RECOMENDACIONES PARA LOS JUGADORES

La USTA reconoce que el coronavirus continúa afectando el país de diferentes maneras y que es posible que las personas vuelvan a jugar tenis bajo techo y al aire libre bajo una serie de diferentes requisitos de los gobiernos estatales y locales, así como las pautas de las autoridades de salud del gobierno estatal y local.

Debido a que jugar al tenis no requiere un contacto directo de persona a persona, los tenistas pueden disfrutar de los muchos beneficios físicos y mentales que ofrece el tenis mientras mantienen una distancia física de seis pies. Si sigue los requisitos aplicables en su área, las pautas de las instalaciones, y las pautas que se describen a continuación, podrán tomar decisiones informadas.

Siga las pautas de salud y seguridad emitidas por su gobierno local y estatal y las autoridades de salud. Manténgase actualizado con las pautas emitidas por el Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC por sus siglas en inglés)

www.cdc.gov/coronavirus

ANTES DE JUGAR

- Quéedese en la casa si no se siente bien.
- Quéedese en la casa si ha estado en contacto cercano con alguien quien ha sido infectado con el Covid-19, y comuníquese con su proveedor médico para ayuda.
- Consulte con la instalación donde va a jugar con anticipación para conocer los protocolos que puedan aplicarse en su área y en esa instalación.
- Llegue a la instalación de tenis a una hora cercana a cuando va a comenzar a jugar, listo para jugar, y váyase inmediatamente después de terminar de jugar.
- Traiga sus propias botellas de aguas, toallas, y cualquier otro equipo personal y guárdelos dentro de su bulto de tenis cuando no lo esté usando.
- No comparta su equipo.
- Traiga su propia silla (si es posible) y evite compartir un banco.
- Use cintas para la cabeza, sombreros, toallas o muñequeras para evitar tocarse la cara durante el juego.
- Lávese las manos con frecuencia (antes/después del partido) o use desinfectante para las manos si no tiene agua y jabón disponible.
 - ▶ **NOTA:** Aunque no hay evidencia específica de que el tocar las pelotas de tenis pueda propagar COVID-19, se pueden tomar precauciones potenciales contra las gotas para minimizar el riesgo mientras se juega al tenis, como lavarse bien las manos o usar desinfectante para manos antes de llegar a la cancha y después de salir de ella, como además de evitar tocarse la cara.
- Excepto que su instalación o las pautas locales lo requieran, use una máscara sobre la nariz y la boca en todo momento, excepto cuando está activo en la cancha (o comiendo y bebiendo).
- Exprese claramente la puntuación al comienzo de cada punto y utilice la tecnología para informar las puntuaciones (texto y correo electrónico).
- Mantenga distancia física si cambia de lado de la cancha y mientras se tomen un descanso.
- Ofrezca un reconocimiento al final del partido como un pulgar hacia arriba o decir "buen partido" o un golpe de raqueta en lugar de dar la mano a los jugadores.