



Protocolo Sanitario de Entrenamientos

Capacidad de entrenamientos: Limitados al 50% de capacidad de ocupación del polígono en el que se efectúe.

1. Entrada a las zonas de tiro y previo a disparar
 - a. Todas las personas en las zonas de tiro deben usar mascarilla
 - b. Al llegar al polígono, **todos deben** lavarse las manos con agua y jabón
 - c. Después de lavarse las manos y con la mascarilla puesta, reportarse para la toma de temperatura
 - d. Si la prueba de la temperatura es menor a 38°, puede participar
 - e. Luego debe firmar la bitácora e incluir un número de teléfono
 - f. Si van al baño, deben lavarse las manos con agua y jabón antes de regresar al área de tiro
 - g. Todas las mesas de seguridad tienen alcohol en gel, favor desinfectarse las manos regularmente

2. Mientras disparamos
 - a. Mantener 1.8 metros de distanciamiento entre personas
 - b. Cada tirador tendrá blancos específicos asignados para parchar o resetear, favor solamente trabajar con los blancos asignados y ayudar a que el evento fluya
 - c. El tirador puede quitarse la mascarilla una vez que el juez le da el comando de "Load & Make Ready"
 - d. Una vez que termina el escenario y el arma está segura en la funda y antes de que el "scoring comience, el tirador debe ponerse la mascarilla
 - e. Las tabletas solamente serán manipuladas por el "scorekeeper"
 - f. El tirador puede ver los resultados, pero NO tocará la tableta
 - g. El timer solamente será manipulado por el CRO de la cancha
 - h. Las tabletas y los timers deben ser desinfectados al finalizar el evento
 - i. Los jueces deben tener mascarilla o careta en todo momento mientras corren tirados (además del equipo de seguridad como anteojos y orejeras)

3. Después de disparar
 - a. Una vez que terminamos de disparar o entre escenarios, recordemos mantener el distanciamiento de 1.8 metros entre personas
 - b. Si vamos a botar las mascarillas, favor hacerlo en los basureros y asegurarse que quedan bien depositadas

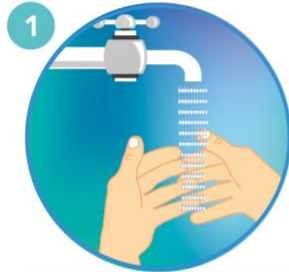
4. Afiches de protocolos del Ministerio de Salud:
<https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-informacion/material-comunicacion/protocolos-ms?sort=hits&direction=desc>



¿Cómo lavarse las manos?

 DURACIÓN DEL PROCESO: 30 SEGUNDOS

PARA RESTREGARSE LAS MANOS CANTE "CUMPLEAÑOS FELIZ" DOS VECES



1 Humedezca las manos con agua y cierre el tubo



2 Aplique suficiente jabón



3 Frote sus manos palma con palma



4 Frote la palma de la mano derecha sobre el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa



5 Frote las manos entre sí, con los dedos entrelazados



6 Apoye el dorso de los dedos contra las palmas de las manos, frotando los dedos



7 Rodeando el pulgar izquierdo con la palma de la mano derecha, frote con un movimiento de rotación y viceversa



8 Frote circularmente la yema de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda y viceversa



9 Enjuague abundantemente con agua



10 Sacuda muy bien las manos y séquelas idealmente con una toalla desechable



11 Use la toalla para cerrar la llave



Ministerio
de **Salud**



Forma correcta de toser y estornudar



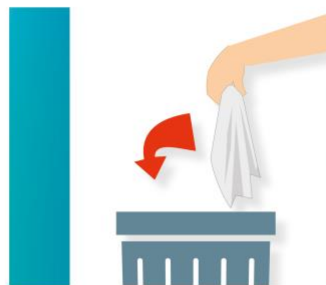
Ministerio
de **Salud**
Costa Rica



CUBRA SU BOCA Y NARIZ
CON LA PARTE SUPERIOR DEL
BRAZO, HACIENDO UN SELLO
PARA EVITAR SALIDA
DE GOTITAS DE SALIVA



O CÚBRASE
CON UN PAÑUELO
DESECHABLE



DEPOSITE EL PAÑUELO
EN EL BASURERO,
NO LO LANCE
AL MEDIO AMBIENTE



NUNCA SE TOQUE LA CARA
SI NO SE HA LAVADO
LAS MANOS
CON AGUA Y JABÓN

¡DETENGA EL CONTAGIO!



Use la mascarilla **correctamente**

REGLA DE ORO



Lave las manos antes y después de tocar la mascarilla.

COLOCACIÓN CORRECTA



Asegúrese de utilizar el lado correcto de la mascarilla. Debe verificarse que no tenga rasgaduras o agujeros.



Cúbrase la boca y la nariz, sin dejar espacios entre su cara y la mascarilla.

MANIPULACIÓN



Evite tocar la mascarilla mientras la usa. Si lo hace, lávese las manos antes de tocar la mascarilla.

REEMPLAZO



Reemplace la mascarilla con una nueva tan pronto como esté húmeda. La mascarilla quirúrgica no es reutilizable.

DISPOSICIÓN



Al retirarse la mascarilla quítesela por detrás, sin tocar el frente y deseche inmediatamente en un contenedor cerrado.

El uso de mascarillas **NO** reemplaza las medidas de distanciamiento social, el protocolo de estornudo/tos, el lavado de manos y el quedarse en casa tanto como sea posible.

