

# PROTOCOLO PARA EL REGRESO A ESTUDIOS Y ACADEMIAS DE BAILE: LA NUEVA NORMALIDAD



Conforme las restricciones se vayan levantando y los bailarines lentamente regresen a los estudios y academias de baile, es necesario recordar e implementar las recomendaciones de la Secretaría de Salud para asegurar el bienestar de todos.

**UPA Dance Competition** ha creado una guía para que cumplas con los requisitos establecidos por el gobierno.

## MATERIALES

- Dispensadores de gel desinfectante base alcohol al 70%.
- Cubrebocas y caretas.
- Stickers de señalética de circulación.
- Jabón antibacterial.
- Jergas saturadas, tapetes sanitizantes o alternativas similares con hipoclorito de sodio con concentraciones de al menos 0.5% con productos registrados ante la Agencia de Protección Ambiental (EPA) certificados para eliminar COVID-19.
- Toallas húmedas desinfectantes o toallas de papel con un spray con solución desinfectante.
- Termómetro infrarrojo (pistola).
- Carteles de:
  - Uso obligatorio de cubrebocas
  - Sana distancia
  - Infografías oficiales sobre medidas sanitarias (estas pueden variar por estado, se recomienda descargarlas de la página oficial de cada estado).
- Bote de basura con tapa.
- Cinta/maskin tape para delimitar espacios en salón de baile.
- Cloro.
- Toallas individuales (para maestros).

## PASOS PARA ACONDICIONAR TU ESTUDIO O ACADEMIA

1. **Designar una puerta de entrada y otra de salida.** En caso de que solo exista una puerta, es necesario dividir la puerta en dos para asignar una entrada y una salida. Colocar señalética en puertas de Entrada y Salida.
2. **Colocar tapete sanitizador** en la puerta de entrada.



3. **Designar** un espacio de entrada y salida (**Zona Amarilla**). Este espacio debe estar en la puerta de entrada y debe ser lo suficientemente amplio para mantener la sana distancia entre al menos 3 personas.
4. **Colocar un dispensador** de gel desinfectante en Zona Amarilla. Colocar otro dispensador de gel desinfectante en el salón de baile (debe de haber al menos un dispensador por cada salón de baile).
5. **Colocar un bote de toallas húmedas** desinfectantes en cada salón de baile. Este producto se puede sustituir por toallas de papel y un spray con solución desinfectante en cada salón de baile.
6. **Colocar los carteles obligatorios** en la Zona Amarilla y en cada salón de baile.
7. **Colocar jabón desinfectante** en los baños.
8. **Colocar bote de basura con tapa** en cada salón de baile.
9. **Colocar stickers de señalética** de circulación en el piso de manera que los pasillos, la entrada y salida se pueda respetar la sana distancia.
10. **Colocar cinta/maskin tape** en cada salón de baile. Dividir el salón en cuadros de 2x2m, dejando un metro entre cada cuadro.

## ZONA AMARILLA

Es el espacio designado para realizar el protocolo de entrada y salida del estudio o academia de baile.

## PROTOCOLO DE ENTRADA

1. Ingresar por el acceso señalado como **ENTRADA**.
2. Utilizar el tapete sanitizador para **desinfectar zapatos**.
3. Un empleado deberá **tomar la temperatura** a las personas que ingresan con el termómetro infrarrojo (todas las personas con 37.5°C o más no podrán ingresar).
4. **Quitarse los zapatos** y dejarlos en la Zona Amarilla.
5. Aplicar el **gel desinfectante** en las manos y frotarlo hasta que seque.

\*Todas las personas que quieran entrar al estudio o academia deberán utilizar cubrebocas obligatoriamente.

## PROTOCOLO DE SALIDA

1. **Colocar cubrebocas** y careta antes de ingresar a la Zona Amarilla.
2. Ir a Zona Amarilla y **colocarse los zapatos**.
3. **Desinfectar manos** con el gel antibacterial.
4. Retirarse por la puerta señalada como **SALIDA**.

## PROTOCOLO DE CLASES

1. Los alumnos deberán tomar su posición dentro del salón de baile en uno de los **cuadros delimitados por la cinta**. Una vez que haya ocupado su espacio, no podrá cambiarse de lugar.
2. Los alumnos deberán utilizar las toallas húmedas desinfectantes para **desinfectar su cuadro** antes de empezar la clase.
3. Los alumnos deberán **mantener su cubrebocas** en su lugar todo momento hasta que el maestro indique en qué momento se lo pueden retirar.



4. Los alumnos deberán **respetar la sana distancia** en todo momento y no salirse de su cuadro hasta que el maestro lo indique.
5. Al finalizar la clase, cada alumno deberá de **colocar su cubrebocas y desinfectar su cuadro** utilizando las toallas húmedas desinfectantes.

## PROTOCOLO DE LIMPIEZA

1. El salón de baile deberá **limpiarse antes y después** de cada clase.
2. La **Zona Amarilla deberá desinfectarse después de cada clase** utilizando cloro doméstico para limpiar, se debe usar a una concentración inicial de 5%. Lo anterior equivale a que, por cada litro de agua, se debe agregar 4 cucharaditas (10 ml) de cloro.
3. **Los baños deberán limpiarse** con la solución de cloro antes de abrir el estudio y después de cerrar.
4. **Los botes de basura** deberán mantenerse **cerrados** cuando no sean utilizados y deberán ser **vaciados todos los días**.
5. Es importante que la persona que esté haciendo la limpieza utilice guantes, cubrebocas y careta.

## PROTOCOLO PARA MAESTROS

- Los maestros deberán **utilizar cubrebocas** y caretas en todo momento.
- **Respetar la sana distancia** de 1.5 metros con los alumnos.
- **Lavarse las manos** antes y después de cada clase.
- Utilizar la **toalla individual** para secarse el sudor constantemente al fin de evitar que caigan gotas de sudor en el piso.
- Mantenerse dentro de su cuadro designado.
- Respetar la etiqueta respiratoria (estornudar o toser en un pañuelo que será desechado en bote de basura cerrado, o hacerlo en la parte interna del brazo).
- Se deberá evitar el uso de joyería, corbatas, barba y bigote, toda vez que son reservorios de virus y demás microorganismos (fómites).
- Se recomienda utilizar un **atuendo de dos piezas** (camisa y pantalon) únicamente. Así se evitan que más prendas contengan y transporten el virus.

## PROTOCOLO PARA ALUMNOS

- Los alumnos deberán usar **cubrebocas obligatoriamente** y caretas de ser posible.
- Respetar en todo momento la **sana distancia** de 1.5 metros.
- Respetar los protocolos de entrada y salida, y el protocolo de clases.
- Cada alumno deberá **traer una toalla** para limpiarse el sudor evitando que caigan gotas de sudor en el suelo.
- Respetar la etiqueta respiratoria (estornudar o toser en un pañuelo que será desechado en bote de basura cerrado, o hacerlo en la parte interna del brazo).
- Se deberá evitar el uso de joyería, corbatas, barba y bigote, toda vez que son reservorios de virus y demás microorganismos (fómites).
- Se recomienda utilizar un **atuendo de dos piezas** (camisa y pantalon) únicamente. Así se evitan que más prendas contengan y transporten el virus.

## BAÑOS



- Se recomienda que los baños estén cerrados al pública durante los semáforos naranja y amarillos para delimitar el número de personas que lo usan. Por lo que los baños **solo podrán ser utilizados por empleados.**
- Todos los **inodoros deberán contar con una tapa** y mantenerse cerrados cuando no se están utilizando.
- Siempre cerrar la tapa antes de jalar el inodoro para minimizar la liberación de gotas y residuos que queden suspendidos en ese espacio.

## MATERIAL DURANTE CLASE

Se recomienda ampliamente **suspender el uso de materiales comúnmente usados para clases de baile** como las ligas de resistencia y tapetes durante los semáforos naranja y amarillo. En caso de ser indispensables, se recomienda que cada alumno traiga su propio material para evitar que un gran número de personas utilicen el mismo objeto y que este sea desinfectado con las toallas húmedas desinfectantes antes y después de su uso.

## VENTILACIÓN

- Asegurar la **ventilación natural** de los espacios: abrir puertas y ventanas para la correcta dirección del aire.
- El sistema de ventilación sólo podrá operar con recirculación de un mínimo de 30% hacia el exterior.
- Mantenimiento continuo de los sistemas de aire acondicionado, incluyendo cambio de filtros de manera regular, asegurándose de la correcta colocación para evitar filtraciones de aire. Verificar si los filtros que se utilizan pueden ser cambiados por unos de mayor eficiencia.
- Reducir la humedad relativa al 30% (+-10%) en todos los espacios, para evitar la concentración de gotas de COVID-19.
- Evitar que tanto maestros como alumnos estén cerca de la extracción del sistema de aire acondicionado.

## HORARIOS

- Se recomienda implementar nuevos horarios con una **pausa de 30 minutos entre clase y clase** para evitar aglomeraciones evitando que varias personas estén entrando al estudio al mismo tiempo que varias personas están saliendo.
- Delimitar las **clases a 1:30 hr** para disminuir el tiempo que los alumnos están en el estudio o academia.

## TAMAÑO DE LA CLASE

Los estudios y academias deberán **limitar el número de alumnos** por clase dependiendo del espacio disponible para asegurar la sana distancia.

