



Distrito Escolar del Condado Beaufort
Manual de Atletismo para Padres
Charter/Homeschool
2018-2019



La participación es un privilegio: La participación en los deportes es un privilegio, no un derecho. Los deportes extracurriculares por lo general se rigen por las normas establecidas por la Junta de Educación y la Liga de Escuelas Secundarias de Carolina del Sur (SCHSL). Cada entrenador puede tener normas y expectativas adicionales para los miembros del equipo que se distribuirán al comienzo de la temporada. Un estudiante que participe en atletismo está sujeto a consecuencias disciplinarias impuestas por entrenadores y administradores de la escuela.

Se requiere un GPA de 2.0: Un estudiante debe pasar una cantidad mínima en clase establecida por SCHSL, durante el semestre previo. Un estudiante debe obtener un promedio de notas ponderado (GPA) de 2.0 de acuerdo con las Reg. de Administración SS-36, Estudiantes de Atletismo. Los estudiantes que no cumplan estas normas no califican para participar.

Efecto de suspensión / ausencia en la participación: Un estudiante suspendido o ausente de la escuela, no califica para practicar, jugar o asistir a cualquier reunión durante la suspensión o ausencia. Si la suspensión o ausencia incluye el último día escolar antes de vacaciones o fin de semana, el estudiante se vuelve elegible el siguiente día calendario después de concluir la suspensión o ausencia. Las excepciones como funerales, viajes de campo y visitas a universidades deben ser aprobadas con anticipación por el director

Conducta del estudiante: La participación en atletismo es un privilegio, no un derecho. La Junta espera que todos los estudiantes que representan a su escuela sean buenos representantes de su comunidad escolar y de BSCD. Los estudiantes deben vestirse, actuar y conducirse en una forma que los refleje positivamente a ellos, a su equipo y a su escuela. Se espera que cada estudiante muestre buenos modales cívicos en todo momento. A cualquier estudiante que no se conduzca apropiadamente se le puede limitar o revocar su privilegio de participación de forma apropiada.

Atletas como modelos a seguir: Como estudiante-atleta, soy un modelo a seguir. El uso de lenguaje inapropiado, burla, hostigamiento o el uso de un contacto físico injustificado dirigido a jugadores oponentes, entrenadores, oficiales o aficionados, son contrarios al espíritu de jugador justo y al buen deportista, que viene con ser un estudiante atleta. Además, reconozco que no debo falsificar ninguna información de elegibilidad oficial relacionada con mi residencia y reconozco que hacerlo puede resultar en la inelegibilidad de mi estudiante atleta.

Viajes: Todos los estudiantes están obligados a viajar hacia / desde eventos con el entrenador y el equipo a menos que el entrenador reciba información directamente del padre / tutor, que el estudiante tiene permiso para viajar por otros medios.

Inclemencias del tiempo: BCSO quiere que todos tengan un comienzo exitoso para el nuevo año escolar. Tomando un momento para tener en cuenta unos pasos sencillos cuando hay un relámpago en la zona, todo el mundo estará a salvo en el juego. El apéndice del libro de reglas NFHS para el fútbol y otros deportes al aire libre tiene una página con las guías de NFHS para las prácticas de manejo y certámenes durante relámpagos o truenos. Además de las directrices que se encuentran en el apéndice, también puede encontrarlas aquí:

https://www.nfhs.org/media/1014153/guidelines_on_handling_practices_contests_during_lightning_thunder_disturbances_march_2018.pdf

Al revisar las pautas, se recomienda que cada escuela tenga disponible un administrador de juegos o entrenador atlético que pueda ayudar a los oficiales del juego cuando tome una decisión relacionada con el tiempo. Las escuelas que tienen acceso a tecnología basada en el clima, se recomienda utilizar esta información para ayudar a los funcionarios en las decisiones relacionadas con relámpagos. BCSO desea alentar tanto a las escuelas como a los funcionarios a que tengan en cuenta (ya sea que la información se proporcione a través de la tecnología o visible) al abordar el tiempo severo. En nuestros esfuerzos por hacer que estas decisiones a veces difíciles sean más fáciles de guiar, animamos a los administradores y capacitadores a reunirse con los funcionarios antes de iniciar los eventos para discutir planes alternos debido a las condiciones climáticas.

Información falsa de residencia: Falsificar la información de residencia puede producir la suspensión y/o expulsión de todos los programas de atletismo de BCSO y/o su inelegibilidad.

Promesa de los padres: Como padre, soy un modelo a seguir. Recordaré que el atletismo escolar es una extensión del aula, ofreciendo experiencias de aprendizaje para los estudiantes, ya sean participantes o espectadores. Mostraré respeto por los equipos adversarios involucrados. El uso de lenguaje inadecuado y burlas son contrarios al espíritu de juego limpio y buen espíritu deportivo que BCSO, sus escuelas, las conferencias atléticas en las que participan nuestras escuelas y el SCHSL

esperan de sus miembros. Acepto mi responsabilidad de modelar el buen espíritu deportivo que viene con ser el padre de un estudiante-atleta. Estoy de acuerdo en alentar y apoyar a mi estudiante asistiendo a reuniones de padres como lo requiere la escuela / entrenador. Apoyar al club de apoyo de la escuela / actividad, asegurando que mi estudiante siga todas las reglas de SCHSL, BCSD, escuela y equipo, reglas, interactuando con maestros, consejeros y administradores de la escuela regularmente para monitorear el éxito académico / progreso de mi estudiante, demostrando buen espíritu deportivo en todo momento hacia entrenadores, oficiales, competidores y personal, presentando todos los honorarios y formularios requeridos para la participación, siguiendo los métodos establecidos para abordar el programa / preocupaciones individuales entrando primero en contacto con el entrenador de mi estudiante, asistiendo a certámenes en los cuales mi estudiante estará involucrado, tan frecuentemente como sea posible, y asegurando que mi estudiante tenga el transporte necesario hacia / desde prácticas y eventos.

Atletas como modelos a seguir: Como estudiante-atleta, soy un modelo a seguir. El uso de lenguaje inapropiado, burla, hostigamiento o el uso de un contacto físico injustificado dirigido a jugadores oponentes, entrenadores, oficiales o aficionados, son contrarios al espíritu de jugador justo y al buen deportista, que viene con ser un estudiante atleta. Además, reconozco que no debo falsificar ninguna información de elegibilidad oficial relacionada con mi residencia y reconozco que hacerlo puede resultar en la inelegibilidad de mi estudiante atleta.

Cobertura de seguro de estudiante atleta: BCSD proporciona cobertura de seguro para estudiantes atletas. La cobertura es el exceso de la cobertura médica primaria para el estudiante, pero se convertirá en primaria si un estudiante no está asegurado. La cobertura reembolsa hasta el 70% de los cargos razonables y habituales, pero existen limitaciones de cobertura. Una lista de beneficios está disponible al principio de cada año escolar. BCSD no selecciona médicos y carece de control sobre la cantidad de dinero que cobran por los servicios.

Partes relevantes de las Regulaciones Administrativas de BCSD

Se puede acceder a una versión completa de estas Regulaciones y verse en:

<https://boardpolicyonline.com/?b=beaufort>

Enero, 2018

- I. Introducción.** El Distrito Escolar del Condado de Beaufort (“BCSD”) cree firmemente que el uso de drogas y el abuso de sustancias puede ser perjudicial para la salud física y emocional y el desempeño académico de sus estudiantes. Es de esta creencia firme y para el bienestar de los estudiantes, que BCSD inicia un programa de pruebas de detección de drogas al azar. El propósito de este programa de pruebas es ayudar a los estudiantes y no ser punitivos. Por lo tanto:
- A. Una prueba positiva que surja de este programa de pruebas de drogas al azar, no resultará en suspensión de la escuela o notificación a las autoridades legales, y
 - B. Una primera prueba positiva no resultará automáticamente en la inelegibilidad de cualquier actividad escolar.
- II. Recomendaciones.** BCSD promulga esta regulación administrativa que rige las pruebas al azar de drogas para estudiantes, basándose en los siguientes hallazgos:
- A. El abuso de drogas y sustancias por parte de los estudiantes es un problema serio en toda la nación;
 - B. El condado de Beaufort, debido a su demografía y estatus como un destino turístico, es particularmente susceptible a los problemas de abuso de sustancias;
 - C. BCSD ha registrado un número sustancial con violaciones de drogas y / o alcohol de los estudiantes, llevando a BCSD a creer que puede haber un problema de abuso de alcohol y drogas entre los estudiantes del Condado de Beaufort;
 - D. Si bien la responsabilidad principal de abordar el abuso de sustancias por parte de los estudiantes recae en los padres, BCSD y la comunidad en general, también tienen la responsabilidad de abordar el abuso de sustancias por parte de los estudiantes;
 - E. BCSD ha implementado varios programas de prevención, educación e intervención para reducir el abuso de sustancias entre los estudiantes del Condado de Beaufort y se compromete a seguir abordando el problema de abuso de sustancias de frente, en vez de ignorarlo;
 - F. La Corte Suprema de los Estados Unidos ha autorizado el uso de pruebas de drogas al azar para los estudiantes que eligen participar en actividades escolares voluntarias las cuales son privilegios y no derechos;
 - G. Un número cada vez mayor de distritos escolares en todo el país han promulgado políticas de detección de drogas al azar;
 - H. Los distritos escolares que han promulgado políticas de detección de drogas al azar, reportan resultados positivos en la reducción del uso de drogas, problemas de disciplina y en el fomento de una cultura escolar que resista el abuso de drogas;
 - I. Los estudiantes que participan en atletismo y otras actividades extracurriculares voluntarias, son representantes de BCSD y sus escuelas y a menudo son modelos a seguir para otros estudiantes;
 - J. Los estudiantes que voluntariamente eligen conducir desde y hacia la escuela tienen permiso para estacionar en la escuela como un privilegio. El distrito escolar tiene un interés particular en garantizar la seguridad de estos conductores, en los estacionamientos de las escuelas, y de otros en y cerca de las zonas escolares; y
 - K. Es probable que una política de pruebas de detección de drogas al azar, para estudiantes que participan en actividades escolares voluntarias, sea una herramienta eficaz para reducir el abuso de sustancias.
- III. Objetivos del Programa de Pruebas de Drogas al Azar.** El programa de pruebas de drogas al azar no tiene la intención de castigar a los estudiantes, sino de ayudarlos. Las metas del programa de pruebas de drogas al azar son:
- A. Educar a los estudiantes sobre peligros y problemas asociados con el uso / abuso de drogas;
 - B. Impedir el uso/abuso de drogas por los estudiantes;
 - C. Identificar a los estudiantes que participan en actividades extracurriculares o conducen a la escuela que puedan estar abusando de drogas y determinar la identidad de la droga (s);
 - D. Proporcionar información a los padres para que ellos puedan tomar medidas apropiadas a nivel familiar;

- E. Motivar a los estudiantes a resistir la presión negativa de los compañeros;
- F. Proveer oportunidades de consejería y tratamiento para cualquier estudiante que se ha determinado que usa / abusa de drogas;
- G. Ayudar a garantizar la seguridad de los estudiantes quienes participan en atletismo, actividades extracurriculares o tienen privilegios de conducir;
- H. Eliminar el estigma del uso / abuso de drogas de aquellos estudiantes que no usan drogas;
- I. Desarrollar un programa libre de drogas que produzca estudiantes que puedan ser modelos a seguir e influir en sus compañeros para llevar una vida sana y responsable; y
- J. Complementar el programa general de educación sobre drogas de BCSD.

IV. Estudiantes Sujetos al Programa de Pruebas de Drogas al Azar.

- A. Todos los estudiantes elegibles en los grados 7-12 que deseen participar en cualquiera de las siguientes actividades escolares voluntarias o privilegios deben acordar participar en el programa de exámenes de drogas al azar:
 1. Atletismo Inter-escolar - Nivel de Escuela Secundaria solamente, a partir de agosto de 2015;
 2. Otras actividades extracurriculares voluntarias - Nivel de Escuela Secundaria solamente, a partir de agosto de 2016;
 3. Privilegios de estacionamiento en la escuela - Nivel de Escuela Secundaria solamente, a partir de agosto de 2016;
- B. La participación en el programa de pruebas de drogas al azar, es obligatoria sólo para los estudiantes que opten por participar en las actividades voluntarias anteriormente mencionadas, las cuales son un privilegio, no un derecho. La participación en el programa de pruebas de drogas al azar, no será requerida como condición para asistir a la escuela o para inscribirse en cualquier clase de crédito.
- C. Cualquier padre de un estudiante en los grados 7-12 tiene la oportunidad de consentir que el estudiante participe voluntariamente en el programa de prueba de drogas al azar, sea o no el estudiante, participante de cualquiera de las actividades privilegiadas, mencionadas anteriormente. Los mismos procedimientos se aplicarán, como se describe en este reglamento administrativo, para todos los estudiantes que participan en pruebas de drogas al azar.
- D. La administración de BCSD preparará un Formulario de Consentimiento de Prueba de Drogas para ser firmado por el estudiante y el padre/tutor del estudiante. Al padre/tutor se le entregará una copia del Formulario de Consentimiento firmado y una copia o enlace a este reglamento administrativo de pruebas de drogas al azar. El Formulario de Consentimiento original se mantendrá en el expediente oficial del alumno.
- E. Los estudiantes que deseen participar en las actividades voluntarias o privilegios cubiertos por este programa deben firmar anualmente el Formulario de Consentimiento antes de participar en la actividad enumerada en la Sección IV.A. arriba, cada año escolar. El Formulario de Consentimiento autorizará las pruebas de drogas al azar solamente para el año escolar en curso. Un nuevo formulario de consentimiento debe ser completado cada año escolar.
- F. Un Formulario de Consentimiento firmado, puede ser revocado por un Formulario de Retiro de Consentimiento de Prueba de Drogas firmado. Un estudiante que se retire, ya no estará sujeto a pruebas de drogas al azar y no será elegible para la participación en las actividades voluntarias o de privilegios cubiertos por este reglamento administrativo, por un período de 365 días a partir de la fecha de retiro.

- G. Un estudiante que comienza una actividad extracurricular cubierta por este reglamento administrativo y luego cesa la actividad, voluntaria o involuntariamente, permanecerá en el grupo de estudiantes a ser seleccionado para las pruebas de drogas y alcohol al azar.

V. Implementación

A. Funciones Clave de Implementación:

1. Administrador de pruebas contratado. El programa de pruebas de drogas será implementado en nombre de BCSD por un Administrador de Pruebas, que será una agencia o entidad independiente que trabaje bajo contrato con BCSD. El Administrador de Pruebas contratado tendrá experiencia en la implementación de un programa de pruebas de drogas.
2. Oficial de Revisión Médica (MRO). El Administrador de Pruebas contratado empleará o proporcionará por subcontrato a un médico con licencia como Oficial de Revisión Médica. El MRO será certificado por una organización nacional de certificación MRO.
3. Designado del Superintendente. El Superintendente designará a un empleado de BCSD para coordinar el programa de pruebas de drogas de BCSD.
4. Profesional Licenciado en Abuso de Sustancias (LSAP). Los Profesionales Licenciados en Abuso de Sustancias cuyas credenciales profesionales son aceptables para el designado por el Superintendente, debe conducir todos los servicios de evaluación y consejería de abuso de sustancias.

B. Función de los empleados del sistema escolar: El personal de BCSD no ayudará con la prueba real o la recolección física de las muestras, no tendrá acceso a las muestras de prueba y no seleccionará a los estudiantes que se pondrán a prueba al azar. Estas funciones serán llevadas a cabo por el Administrador de Pruebas contratado. Se espera que los empleados de BCSD llamen a los estudiantes fuera de la clase y ayuden a coordinar las pruebas cuando sea necesario.

C. Selección al Azar: Los estudiantes elegibles serán seleccionados al azar para la prueba por el Administrador de Pruebas contratado usando el siguiente proceso:

1. El designado del Superintendente mantendrá una lista de todos los estudiantes elegibles que han firmado los Formularios de Consentimiento. La lista se actualizará antes de cada fecha de prueba.
2. A cada estudiante elegible en la lista, se le asignará un número por el designado del Superintendente.
3. El designado del Superintendente proporcionará al Administrador de Pruebas contratado, una lista de los números de los estudiantes, categorizados por escuela.
4. Antes de cada fecha de prueba para cada escuela, el designado del Superintendente notificará al Administrador de Pruebas contratado, el porcentaje de estudiantes al que se les hará la prueba.
5. Antes de cada fecha de prueba para cada escuela, el Administrador de Pruebas contratado generará una lista al azar de números de estudiantes, que representan a los estudiantes a ser examinados en cada escuela. Los estudiantes que estuvieron ausentes en una fecha de prueba, después de su selección previa bajo este proceso de selección al azar, se agregarán a la siguiente lista generada al azar. La lista será mantenida por el

Administrador de la Prueba y se proveerá solamente al director de la escuela a su llegada a una escuela, para comenzar a probar a los estudiantes de acuerdo con este Reglamento Administrativo.

6. En la fecha de cada administración de prueba en cada escuela, el director de la escuela hará coincidir los números de estudiantes generados al azar con los nombres de los estudiantes y notificará a los estudiantes seleccionados.
 7. Los estudiantes seleccionados serán retirados de la clase para ser examinados el día de la prueba. No habrá notificación previa de qué alumnos serán examinados.
 8. La documentación del proceso de selección debe ser mantenida.
- D. Ausencias:** Un estudiante que está ausente el día de una prueba, debe ser excusado de la prueba, pero se agregará a las muestras a ser examinadas en la próxima fecha de prueba. Sin embargo, un estudiante que está presente en la escuela el día de la prueba y evita las pruebas saliendo de la escuela (u omitiendo clases) sin una excusa válida para ese día, se considerará como haberse rehusado a hacerse la prueba.
- E. Rehusarse a la Prueba o Alteración de una Prueba:** Negarse a hacerse la prueba, o un intento de alterar, sustituir, adulterar o manipular de alguna u otra forma una muestra a analizar, dará como resultado las mismas consecuencias que una prueba positiva.
- F. Frecuencia de las Pruebas:** Las pruebas de drogas al azar se llevarán a cabo al menos mensualmente durante el año académico. Las fechas de las pruebas no se darán a conocer por adelantado.
- G. Lugar de las Pruebas:** Las pruebas se harán en cada escuela secundaria una vez al mes de septiembre a mayo de cada año escolar. Las pruebas pueden ocurrir o no, en las mismas fechas en varias escuelas secundarias cada mes. Las fechas de las pruebas serán asignadas al azar por la persona designada por el Superintendente y pueden ser conducidas en días escolares consecutivos en diferentes meses.
- H. Número de Estudiantes Evaluados:** BCSD tiene la intención de evaluar al menos el cincuenta por ciento (50%) de los estudiantes elegibles en cada escuela secundaria cada año. El Superintendente determinará qué número o porcentaje de estudiantes elegibles serán evaluados cada mes y durante un año escolar.
- I. Pruebas de Orina:** Las pruebas serán mediante muestras de orina.
- J. Confidencialidad:** Todos los resultados de las pruebas serán estrictamente confidenciales, incluyendo el mantenimiento de la muestra durante todo el proceso de recolección y examinación. Todos los resultados reportados serán mantenidos por el designado del Superintendente en un archivo cerrado con llave. La divulgación de los resultados de las pruebas se limitará a aquellos que tengan necesidad de saber con el fin de aplicar este reglamento administrativo.
- K. Notificación al Entrenador o Patrocinador:** Cuando bajo este reglamento administrativo un estudiante se convierte en inelegible para participar en cualquier actividad voluntaria, el director debe informar al director atlético de la escuela y al entrenador del estudiante o patrocinador (o administrador de permisos de estacionamiento) que el estudiante no es elegible. Después de la notificación al Director de parte del designado por el Superintendente y del Director al entrenador o patrocinador, el Director, el director atlético de la escuela, el entrenador y / o el patrocinador son responsables de asegurar que el estudiante inelegible no se le permita participar hasta que este Reglamento Administrativo lo permita. Fallas del Director, el director atlético de la escuela, el entrenador y / o el patrocinador, a no adherirse al aviso de no elegibilidad, puede resultar en una acción disciplinaria.

VI. Sustancias Examinadas. Las sustancias para las que se someterán a prueba los estudiantes incluirán:

Marihuana (THC)	Cocaína
Fenciclidina (PCP)	Anfetaminas / metanfetamina
Opiáceos (OxyContin, Vicodin)	Alcohol
Barbitúricos	Benzodiazepinas (Valium)
Adulterantes de pruebas	Metadona
Propoxifeno (Darvon)	

Por recomendación del Administrador de Pruebas contratado y la determinación del Superintendente, los estudiantes pueden ser examinados para detectar otras sustancias o sustancias adicionales, para las cuales el uso de ellas por un menor, es ilegal.

VII. Consecuencias de Pruebas Positivas. Las violaciones a este Reglamento Administrativo serán acumulativas y se transferirán desde el comienzo de la primera inclusión de un estudiante en el grupo de estudiantes elegibles para este examen de drogas al azar hasta la graduación del estudiante del BCSD. Por ejemplo, si un estudiante que violó este Reglamento Administrativo en el año escolar 2017-2018 nuevamente viola este Reglamento administrativo en el año escolar 2018-2019, la violación de 2018-2019 se considerará la segunda violación del estudiante de este Reglamento Administrativo.

A. Primera Prueba Positiva:

1. El MRO notificará a la persona designada por el Superintendente, quien notificará al Director de la escuela del estudiante.
2. El Director o su designado (quien será el asistente del director) programará una reunión con el estudiante y el padre / guardián del estudiante.
3. En el caso de que un estudiante resulte positivo para drogas o alcohol, el estudiante no será elegible para participar en actividades extracurriculares (efectivo desde agosto de 2017, uso de un permiso de estacionamiento escolar) por 365 días calendario. Sin embargo, si el estudiante es evaluado y comienza tratamiento / consejería, como se contempla en la Sección VIII, se suspenderá la inelegibilidad del estudiante y él / ella continuará siendo elegible.
4. Para mantener la elegibilidad, dentro de diez (10) días de la notificación de la prueba positiva, el estudiante o su padre / tutor, deben proveer al Director o a su designado una evidencia escrita de un profesional licenciado de abuso de sustancias, diciendo que el estudiante ha sido evaluado y ha asistido al menos a una (1) sesión de tratamiento o consejería como se contempla en la Sección VIII, a continuación. La evidencia escrita incluirá la duración proyectada del tratamiento / consejería prescrita para el estudiante.
5. Al final de la duración proyectada del tratamiento / consejería prescrita para el estudiante por un profesional licenciado en abuso de sustancias, el estudiante o su padre / tutor deberán proveer al Director o a su designado, evidencia escrita que el estudiante haya completado con éxito el tratamiento / consejería, o la duración del tratamiento / consejería si se ha ampliado. El no proveer evidencia escrita de terminación exitosa o extensión, hará que el estudiante no sea elegible por 365 días calendario o hasta que se proporcione evidencia escrita, lo que ocurra primero.
6. Si el estudiante elige no presentar pruebas o falla en completar con éxito la evaluación y tratamiento / consejería, él / ella será inelegible por 365 días calendario.

7. El MRO proporcionará al padre / tutor una lista de recursos para la evaluación e intervención de abuso de sustancias en el área del condado de Beaufort.
8. El estudiante estará sujeto a una nueva prueba obligatoria después de treinta (30) días calendario, pero dentro de los noventa (90) días calendario de la primera prueba positiva. El estudiante será identificado por el Administrador de Pruebas contratado para una nueva prueba, en una fecha de prueba programada regularmente. Los funcionarios de la escuela no sabrán si el estudiante ha sido reexaminado como una repetición obligatoria o si el número del estudiante fue escogido al azar.

B. Segunda Prueba Positiva:

1. El MRO notificará al designado del Superintendente, y éste notificará al Director de la escuela del estudiante.
2. El Director o la persona designada (que será asistente del director) programará una reunión con el estudiante y el padre o tutor del estudiante.
3. El estudiante no será elegible para participar en las actividades voluntarias cubiertas por este reglamento administrativo (atletismo inter-escolar, otras actividades extracurriculares y privilegios de estacionamiento) por 365 días calendario a menos que el estudiante recupere la elegibilidad con anterioridad, como se indica a continuación.
4. El estudiante puede volver a obtener la elegibilidad antes de los 365 días calendario, cumpliendo con todos los siguientes requisitos:
 - a. El estudiante deberá satisfacer el requisito de evaluación / consejería de abuso de sustancias de la Sección VIII a continuación. El estudiante será considerado en cumplimiento una vez que haya completado la evaluación de abuso de sustancias y cualquier programa de consejería / tratamiento recomendado.
 - b. El padre / tutor debe proveer certificación por escrito al Director o a su designado que el estudiante ha completado el requerimiento de evaluación y programa de consejería / tratamiento.
 - c. A un estudiante también se le requerirá una prueba "negativa" de reexaminación, antes de recuperar la elegibilidad. Esta reexaminación, puede ser la reexaminación obligatoria proporcionada en la Sección VII.B.5. a continuación, o puede ser una prueba realizada por una agencia privada de pruebas de drogas, con licencia aceptable para el designado del Superintendente. Una prueba realizada por una agencia privada de pruebas de drogas será a expensas del padre / tutor.
5. El estudiante estará sujeto a una reexaminación obligatoria después de treinta (30) días calendario, pero dentro de los noventa (90) días calendario de la segunda prueba positiva.

C. Tercera Prueba Positiva:

1. El MRO notificará al designado del Superintendente, y éste notificará al Director de la escuela del estudiante.
2. El Director o la persona designada (que será asistente del director) programará una reunión con el estudiante y el padre o tutor del estudiante.

3. El estudiante no será elegible para participar en las actividades voluntarias cubiertas por este reglamento administrativo durante al menos 365 días calendario.
4. El estudiante puede volver a obtener la elegibilidad después de los 365 días calendario, cumpliendo con todos los siguientes requisitos:
 - a. El estudiante debe satisfacer los requisitos de evaluación / consejería de abuso de sustancias en la Sección VIII a continuación y proporcionar una prueba escrita de dicha finalización a su Director o a su designado.
 - b. El estudiante será sometido a una reevaluación obligatoria antes de recuperar la elegibilidad y debe dar resultados negativos en esa reexaminación obligatoria.

VIII. Requisito de Consejería / Evaluación de Abuso de Sustancias: Siempre que se requiera que un estudiante cumpla con el requisito de Consejería / Evaluación de abuso de sustancias de este reglamento administrativo, el estudiante deberá:

- A. Someterse a una evaluación de abuso de sustancias por un profesional licenciado en abuso de sustancias aceptable a la persona designada por el Superintendente.
- B. Proporcionar al Director de la escuela o a su designado con la certificación escrita por el profesional licenciado de abuso de sustancias, que se ha completado la evaluación del abuso de sustancias.
- C. Someterse a consejería/tratamiento u otra intervención, si la hubiere, según lo recomiende el profesional licenciado en abuso de sustancias. La Junta de Educación no especificará los requisitos de tal Consejería/tratamiento o intervención, ya que esto se basará en las necesidades individuales del estudiante. El interés de la Junta de Educación es que el estudiante reciba cualquier ayuda, que sea apropiada para el individuo en particular.
- D. Después de una primera prueba positiva, la elegibilidad puede ser recuperada antes de la finalización del programa de consejería/tratamiento, siempre y cuando el estudiante se haya sometido a una evaluación de abuso de sustancias y haya comenzado un programa recomendado de consejería/tratamiento. Si, en cualquier momento durante el programa de consejería/tratamiento recomendado, viene a la atención de BCSD que el estudiante no ha completado o cumplido con el programa, el estudiante volverá a ser inelegible por 365 días calendario.
- E. Después de una segunda prueba positiva, se puede recuperar la elegibilidad después de haber completado satisfactoriamente la evaluación y el programa de consejería/tratamiento. Si el estudiante no logra completar la evaluación y el programa de consejería/tratamiento, el estudiante permanecerá inelegible por 365 días calendario.
- F. Después de una tercera prueba positiva, el estudiante no será elegible por 365 días calendario. La elegibilidad no será recuperada hasta que el profesional licenciado en abuso de sustancias certifique que el estudiante ha completado con éxito cualquier programa de consejería / tratamiento recomendado.
- G. El hecho de no cooperar plenamente o cumplir con la evaluación de abuso de sustancias o cualquier programa de consejería/tratamiento recomendado por el profesional de abuso de sustancias autorizado, hará que el estudiante no sea elegible para participar en las actividades voluntarias, cubiertas por el presente Reglamento Administrativo.

IX. Procedimientos de Pruebas y Garantías:

- A. Prueba de orina. La prueba se hará por medio de muestra de orina.

- B. Prueba de detección. El espécimen de orina se someterá a una prueba de Enzimo-Inmuno Ensayo (EIA) u otra prueba de detección aprobada por el Instituto Nacional para el Abuso de Drogas (NIDA).
- C. Prueba de confirmación. Si la prueba de detección indica la presencia de una sustancia controlada, la muestra se someterá a una prueba de confirmación por espectrómetro de cromatografía de gases / masas (GC/MS).
- D. Dividir la muestra. La muestra de orina de cada estudiante se dividirá en dos muestras. En el caso de una prueba positiva confirmada, un estudiante puede solicitar que una parte de su muestra de orina sea examinada por otro laboratorio aprobado por NIDA y esto estará a cargo del estudiante / padre. Si el resultado de la prueba es negativo, BCSD le reembolsará al estudiante / padre.
- E. Normas para pruebas positivas. El Administrador de Pruebas contratado, usará las puntuaciones límites estándar generalmente usadas por NIDA y / o SAMHSA (Administración de Servicios de Salud Mental y de Abuso de Sustancias) para determinar un resultado positivo.
- F. Uso de laboratorio autorizado solamente. El administrador de pruebas contratado, debe utilizar un laboratorio debidamente autorizado por el NIDA o SAMHSA.
- G. Gasto. El gasto, si los hubiere, de la evaluación o programa de asesoramiento/tratamiento, será responsabilidad del padre/tutor, no del BCSD. Subvenciones a veces pueden estar disponibles para costear gastos.

X. Oficial de Revisión Médica:

- A. Cualquier prueba de confirmación que se reporte como "positiva" por la presencia de una sustancia examinada, será comunicada directamente a MRO.
- B. El MRO notificará al estudiante y al padre/tutor del estudiante los resultados de la prueba y proporcionará la oportunidad de presentar información, como el uso documentado de un medicamento recetado o un fármaco de venta libre, que haría que un resultado "positivo" aparente, no sea válido o "negativo."
- C. La falta o negativa del estudiante o del padre / tutor del estudiante a cooperar con MRO, constituirá un rechazo a la prueba, la cual se considerará una prueba positiva.
- D. El MRO informará al estudiante y al padre/tutor del estudiante de la oportunidad de una prueba adicional de confirmación al costo del estudiante/padre en la muestra restante de la orina del estudiante. Si la prueba de confirmación adicional es negativa, BCSD le reembolsará al estudiante / padre.
- E. Si el MRO determina que un resultado de aparente prueba "positiva" es el resultado del uso legal de un medicamento con o sin prescripción, el resultado de la prueba se considerará como "negativa".
- F. Si MRO determina que los resultados de la prueba son verificados y positivos, MRO informará a la persona designada por el Superintendente de esta determinación.

XI. Método de Recogida de Muestras: Se utilizarán los siguientes procedimientos para la recolección de las muestras de orina en cada escuela.

- A. **Notificación de Recolección:** Todos los estudiantes seleccionados para ser examinados en una escuela, **no deberán ser** notificados simultáneamente. Un administrador de la escuela, un consejero o una enfermera notificarán personalmente a cada estudiante que él / ella, ha sido seleccionado para la prueba, inmediatamente antes de la prueba. Se le pedirá al estudiante que proceda directamente al lugar de la recolección al ser notificado

de la selección. No se le permitirá al estudiante ir a su casillero, al baño o cualquier otro lugar por cualquier razón antes de llegar al sitio de prueba. El estudiante no puede salir del área de prueba hasta que haya proporcionado una muestra de orina. El incumplimiento de estas pautas resultará en consecuencias de un resultado "positivo" de la prueba para el estudiante ofensor.

- B. Cooperación:** Si el estudiante se niega a cooperar con los empleados de la escuela o con el personal del Administrador de Pruebas contratado, la negativa del estudiante a cooperar será tratada como un resultado "positivo" de la prueba.
- C. Tiempo de Recolección:** En general, las muestras de orina se recolectarán según lo determinado por el Administrador de Pruebas contratado junto con un administrador de la escuela.
- D. Ubicación de Colección, Suministros y Equipo:** Cada escuela y el Administrador de la Prueba contratado seleccionarán por mutuo acuerdo uno (1) o dos (2) baños para usar para recolectar las muestras de orina.
- E. Protección de Privacidad del Estudiante:** El personal contratado del Administrador de Pruebas, no debe ver a un estudiante en el acto de proporcionar una muestra, sino que debe monitorear a cada estudiante de una manera no intrusiva pero controlada, para detectar cualquier intento de proporcionar una muestra de orina falsa. Inmediatamente después de la recepción de una muestra de orina, se debe hacer una prueba para determinar su temperatura. Todas las muestras fuera de los límites normales de temperatura se considerarán inválidas y el estudiante deberá proporcionar otra muestra de orina.
- F. Cadena de Custodia:** El Administrador de Pruebas contratado deberá implementar procedimientos para asegurar que la muestra de orina de cada estudiante esté apropiadamente etiquetada y asegurada para evitar que cada muestra se pierda, se confunda o se contamine. Como mínimo, el Administrador de Pruebas contratado deberá:
 - 1. Proporcionar a cada estudiante un kit desinfectado que contenga un envase para la muestra. El envase permanecerá en la posesión del estudiante hasta que un sello sea colocado en él por el personal de recolección. El estudiante firmará un formulario que certifique que el envase contiene su muestra de orina y que la muestra ha sido sellada. El sello se puede romper sólo por el laboratorio de prueba de la muestra.
 - 2. Después de que el espécimen ha sido sellado, el espécimen será remitido al laboratorio de pruebas por el Administrador de Pruebas contratado.
 - 3. Con el fin de mantener la confidencialidad, el envase de muestra debe estar marcada con el número del estudiante y no con el nombre del estudiante. Además, la hoja de resultados enviada por el laboratorio al Administrador de Pruebas contratado o MRO deberá reportar los resultados por número de estudiante y no por el nombre del estudiante.
- G. Negativa o Imposibilidad de Proporcionar una Muestra:** El Administrador de Pruebas contratado deberá implementar procedimientos apropiados para su uso, en caso de que un estudiante se niegue a proporcionar una muestra de orina o declare que él / ella está físicamente incapacitado/a para proporcionar una muestra de orina. La negativa a proporcionar una muestra de orina se tratará como un resultado "positivo" de la prueba. Si un estudiante dice que no puede proporcionar una muestra de orina, el estudiante recibirá agua y hasta tres horas para proporcionar una muestra de orina. Si el estudiante declara que tiene un problema médico que impide que el estudiante proporcione una muestra de orina, se le dará al estudiante la oportunidad de comunicarse con MRO, quien determinará si el estudiante tiene o no una razón médica legítima para ser excusado de la prueba.

XII. EVALUACIÓN Y REVISIÓN DEL REGLAMENTO ADMINISTRATIVO. El Administrador de Pruebas contratado, deberá proveer periódicamente reportes estadísticos (sin identificar los nombres de los estudiantes) a la persona designada por el Superintendente, indicando los números de estudiantes examinados y el número del

primer, segundo y tercer resultado positivo, por sustancia y por escuela. El Superintendente hará un informe anual a la Junta con respecto a este reglamento administrativo.

Adoptado: Junio, 2015

Revisado: Febrero, 2016; Enero 2018

Referencias Legales:

A. U.S. Const., Amend. IV

B. *Bd. Of Education of Independent School Dist. No. 92 of Pottawatomie County v. Earls*, 122 S. Ct. 2559 (2002).

BCSD Regulación Administrativa SS-36, Atletismo Estudiantil

La Junta de Educación aprueba actividades deportivas que apoyan el logro académico de los estudiantes. La Junta cree que la participación de los estudiantes en atletismo inter-escolar debe depender del éxito de los estudiantes en la escuela, según lo determinado por el promedio de calificaciones, asistencia y conducta. Sujeto a la ley, las reglas locales adoptadas por BCSD y las reglas establecidas por la Liga de Escuelas Secundarias de Carolina del Sur (SCHSL), los estudiantes de secundaria son elegibles para participar en atletismo inter-escolar. La elegibilidad de los estudiantes en los programas para niños excepcionales estará de acuerdo con las pautas locales, estatales y federales.

Las violaciones de cualquier normativa para la participación atlética por estudiantes o sus padres o tutores y/o distorsión de cualquier información presentada para participación atlética, puede resultar en la pérdida de la elegibilidad del estudiante para participar en atletismo en el Distrito Escolar del Condado de Beaufort y, posiblemente, en cualquier escuela sancionada por SCHSL.

A. Promedio de Notas y Elegibilidad para Participar en Actividades Atléticas: Para ser elegible para participar en deportes interescolares en BCSD, se requiere que los estudiantes aprueben una cantidad mínima de cursos según lo establecido por SCHSL durante el semestre anterior y obtengan un GPA de al menos 2.0 cada semestre. La elegibilidad de un estudiante durante el primer semestre de un año escolar será determinada por el GPA del estudiante obtenido durante el semestre final del año escolar anterior. La elegibilidad de un estudiante durante el segundo semestre de un año escolar será determinada por el GPA del estudiante obtenido durante el primer semestre del mismo año escolar. Los estudiantes que ingresan a los grados séptimo y noveno por primera vez son elegibles académicamente para participar en actividades deportivas durante el primer semestre de su séptimo y noveno año escolar. Los requisitos de GPA descritos anteriormente se implementarán completamente durante el año escolar 2018-2019.

B. Fuera del Distrito, Estudiantes Transferidos: Con un promedio de notas de menos de 2.0, pero elegibles de acuerdo a la política de SCHSL, serán elegibles para participar en período de prueba, durante el resto del semestre en el que se inscriban. De allí en adelante, el estudiante debe cumplir el requisito de elegibilidad de promedio de notas de 2.0 del BCSD.

C. Estudiantes de Educación Especial: Si están siendo servidos en un programa sin diploma, califican para participar si cumplen con los requisitos de su IEP. Los estudiantes del programa de diplomas deben cumplir los requisitos de las normativas del promedio de notas de 2.0.

D. Escuela de Verano: Los cursos tomados durante el programa de la escuela de verano bajo las normas establecidas por BCSD pueden usarse para recuperar créditos que afecten la elegibilidad atlética para el semestre de otoño. Según las normas de la SCHSL, los créditos obtenidos durante la escuela de verano pueden aplicarse al semestre de primavera inmediatamente anterior para fines de elegibilidad atlética.

E. Conducta del Estudiante:

- A. Un estudiante suspendido de la escuela no califica para practicar, jugar, vestirse, viajar o asistir a ninguna reunión durante el tiempo de la suspensión. Si la suspensión incluye el último día de escuela antes de unas vacaciones o fin de semana, el estudiante se convierte en elegible en su escuela base el siguiente día de calendario, después del último día de la suspensión. Los estudiantes que se trasladan en lugar de completar la suspensión o en medio de una suspensión a largo plazo en su escuela base, no califican para participar en atletismo en su nueva escuela durante 365 días.
- B. Un estudiante ausente de la escuela no tendrá permitido practicar, jugar, vestir, viajar o asistir a ninguna reunión del equipo o grupo en el día de la ausencia. Las excepciones como funerales, excursiones y visitas a universidades deben ser aprobadas con anticipación por el director.

F. Doble Participación (dos actividades patrocinadas por la escuela):

- A. Durante la temporada SCHSL para cualquier deporte, excepto fútbol, un estudiante que es miembro de un equipo escolar puede participar en un equipo independiente bajo las siguientes condiciones:
1. La participación no interfiere con los juegos o prácticas de SCHSL programados por el escuadrón o equipo de la escuela.
 2. Una declaración firmada está archivada con el director atlético de la escuela para incluir el permiso del padre / tutor legal para que el estudiante participe en deportes dobles y un reconocimiento firmado por el entrenador independiente. La participación del estudiante no interferirá con los juegos o prácticas programados de SCHSL.
- B. Una escuela o un estudiante no será declarado inelegible para participar en un deporte interescolar de la liga de la escuela secundaria, excepto el fútbol, debido a la doble participación deportiva de conformidad con este Reglamento Administrativo.

¿Qué es la muerte cardíaca repentina? La muerte cardíaca repentina es una condición que resulta de una pérdida abrupta de la función cardíaca (paro cardíaco). Puede ocurrir a cualquiera, especialmente atletas con condiciones pre-existentes del corazón. El atleta puede o no puede haber sido diagnosticado con enfermedad del corazón. El momento y modo de la muerte son inesperados, por lo general ocurre minutos después de aparecer los síntomas. El motive subyacente más común para que los adultos mueran repentinamente de un paro cardíaco es la enfermedad coronaria (acumulaciones de grasa en las arterias que suministran sangre al músculo del corazón).

¿Qué produce la muerte cardíaca repentina? Un estimado de 1 entre 200.000 atletas jóvenes desarrolla taquicardia ventricular de inicio abrupto (latido rápido del corazón) o fibrilación (un ritmo cardíaco caóticamente anormal) y muere repentinamente durante el ejercicio. Los varones se ven afectados 9 veces más que las mujeres. Los jugadores de baloncesto y fútbol americano en los Estados Unidos y los jugadores de fútbol en Europa pueden tener el riesgo más elevado. Todas las enfermedades conocidas del corazón pueden conducir a un paro cardíaco y muerte cardíaca repentina. La adrenalina liberada durante una actividad atlética o física intensa con frecuencia actúa como un desencadenante para una muerte repentina cuando estas condiciones están presentes.

La muerte cardíaca repentina en atletas jóvenes tiene muchas causas, pero la más común es una cardiomiopatía hipertrófica sin detectar (una condición donde el músculo del corazón se agranda). Los atletas con pared pectoral delgada tienen riesgo de commotio cordis (paro cardíaco repentino por un golpe no penetrante y contundente en el pecho) aun sin haber presencia de trastorno cardiovascular. El golpe puede incluir un proyectil de fuerza moderada de deportes con pelotas de béisbol, softball, lacrosse, discos de hockey o un golpe directo en boxeo. El impacto directo con otro jugador desencadenado por el impacto en la pared pectoral inmediatamente sobre la posición anatómica del corazón también puede producir este trastorno. En el 90 por ciento de los adultos víctimas de muerte por paro cardíaco repentino, dos o más arterias coronarias principales están reducidas por acumulaciones de grasa. En dos tercios de estas víctimas se encuentran cicatrices de un ataque cardíaco anterior.

Manejo del Paro Cardíaco Repentino

- El manejo comienza con procedimientos de emergencia apropiados, que incluyen: Entrenamiento en resucitación cardiopulmonar (RCP) y desfibrilador externo automático (AED) para todos los que hacen una primera intervención, y acceso a un AED.
- Los componentes esenciales del manejo del paro cardíaco repentino incluyen activación temprana de servicios médicos de emergencia (EMS), CPR inicial, desfibrilación inicial y transición rápida a soporte de vida cardíaco avanzado.
- Se debe sospechar altamente de un paro cardíaco repentino, en el caso de cualquier atleta colapse y no responda.
- Se debe sospechar de atletas jóvenes que colapsan poco después de ser golpeados en el pecho por un proyectil firme o por contacto con otro jugador de commotio cordis ("conmoción del corazón").
- Cualquier atleta que haya colapsado y que no responda debe ser manejado como paro cardíaco repentino con aplicación de un AED tan pronto como se pueda.
- Se debe proporcionar CPR mientras se espera por un AED.
- Las interrupciones en compresiones del pecho se deben minimizar y parar el CPR, solo cuando un AED esté en uso.
- Debe facilitarse el acceso rápido a la víctima al personal de EMS.

Prevención: Antes de participar en deportes, los atletas deben ser examinados para identificar cualquier riesgo. Las recomendaciones de examen para todos los niños, adolescentes y adultos jóvenes en edad universitaria incluyen historia médica y familiar, y un examen físico. La historia familiar o los síntomas o señales de cardiomiopatía hipertrófica requieren de una evaluación adicional. La confirmación de ciertos trastornos puede excluir a los estudiantes de participar en deportes, reduciendo el riesgo de un paro cardíaco repentino.

Riesgos Ambientales

Lesión/Enfermedad por Calor (golpe de calor): Aquellos que sufren de insolación se consideran como una emergencia médica. La insolación es la falla y caída posterior de la capacidad del cuerpo para controlar la temperatura corporal. Aquellos que sufren de insolación no parecen estar sudando. La insolación puede ocurrir en cuestión de horas durante el ejercicio en un clima húmedo y caliente. El comportamiento violento seguido por la inconsciencia es una característica clásica de la insolación. La piel del atleta puede sentirse caliente comparado con los hallazgos esperados del agotamiento por calor, donde

la piel tiende a sentirse húmeda y fría. La temperatura central del cuerpo aumentará a más de 105 grados Fahrenheit. Esto coloca los órganos del cuerpo, especialmente al cerebro, en un enorme riesgo. A medida que disminuye la función cerebral, las pupilas se fijan y se dilatan. Si no se trata, la muerte puede ocurrir por insolación después de 20 minutos. El cuerpo debe enfriarse de la misma manera que se describe para el agotamiento por calor y tratamiento por un médico.

Agotamiento por Calor: El agotamiento por calor está caracterizado por una fatiga repentina y extrema a medida que el cuerpo intenta proveer sangre al cerebro, ejercitando los músculos, y la piel. Por lo general, esto es producido por una disminución del agua, sales y electrolitos dentro del cuerpo. Los síntomas del agotamiento por calor incluyen sudor, vómitos, diarrea y orina excesiva. Todos estos son factores de predisposición a la insolación si no se tratan adecuadamente. Los individuos que sufren de agotamiento por calor tienen una temperatura rectal de 103 °F, y presentan una sudoración profusa, haciendo que la piel se sienta fría y viscosa. El pulso y la respiración son rápidos, pero la pérdida de fluidos hace que el pulso se sienta débil y reduce la presión sanguínea. Por lo general, los individuos con agotamiento por calor se quejan de dolores de cabeza y presentan fatiga y confusión.

Calambres por Calor: Los calambres por calor son manejados al controlar los síntomas de la deshidratación con reemplazo de electrolitos y fluidos. Mientras está en el campo, se deben hacer estiramientos y masajes hasta que el calambre por calor disminuya. Si el calambre no se disipa, el atleta puede ser llevado a las líneas laterales, donde se pueden colocar bolsas de hielo sobre el músculo acalambreado. Los fluidos son administrados al atleta para su rehidratación. El atleta puede regresar a jugar una vez que disminuye el calambre. Se sugiere rehidratarse durante toda la competencia.

El manejo de las lesiones y enfermedades por calor requiere de tratamiento con agua fresca para rehidratación. Los electrolitos, especialmente la sal, se deben reemplazar dentro del cuerpo del atleta. Estos electrolitos pueden encontrarse en bebidas deportivas como Gatorade, Powerade, etc. Las señales y síntomas de deshidratación incluyen sed, irritabilidad e incomodidad general en las etapas iniciales y pueden convertirse en dolores de cabeza, debilidad, mareo, calambres, escalofríos, vómitos, náuseas y disminución del rendimiento en las etapas posteriores. Si no se detecta o se trata adecuadamente, la deshidratación puede conducir a calambres por calor, agotamiento por calor e insolación

Hidratación y Nutrición Deportiva

Combustible Usado Durante el Ejercicio: Durante la mayor parte del ejercicio, su cuerpo utiliza una combinación de carbohidratos y grasa como combustible. Esto es especialmente verdadero para eventos de mayor duración (campo travieso). Las explosiones repentinas de energía requieren sobre todo de carbohidratos como combustible (pista/ carrera distancia corta). Muchos deportes son una combinación de resistencia y explosiones rápidas de velocidad (fútbol, baloncesto). Mientras más largo el ejercicio, se quema un porcentaje más grande de grasa; sin embargo, si no hay suficiente carbohidrato para usar como combustible, entonces la grasa no se puede usar de forma eficaz y su rendimiento sufrirá. Si usted se ejercita durante más de 60 minutos, las fuentes externas de carbohidratos (frutas, Gatorade u otras bebidas deportivas, barras de cereal, etc.) se deben ingerir durante el evento. Dese la oportunidad de ingerir combustible durante las pausas, pero mantenga las cantidades lo suficientemente bajas como para no impactar su rendimiento. La inconsistencia con la nutrición y la hidratación pueden afectar el entrenamiento y el desempeño durante los eventos. Dar combustible a su cuerpo antes, durante y después del entrenamiento es importante.

Combustible para un Desempeño Óptimo: La mayoría de los estudios acepta que una dieta alta en carbohidratos (55-60% de las calorías totales) es mejor para el rendimiento del atleta. Una cantidad moderada de grasa (20-30%) es importante pues la grasa es una fuente importante de combustible. La proteína es vital para mantener y desarrollar la masa muscular, pero no hay ningún beneficio establecido para comer más del 15% de calorías de proteínas. Asegúrese siempre de estar bien hidratado antes del ejercicio. Es mejor intentar diferentes estrategias para comer durante la práctica (es decir, variar el tiempo de las comidas y meriendas), para que usted pueda determinar la forma en que su cuerpo funciona mejor. Experimentar durante los juegos o las competencias obviamente puede tener resultados impredecibles. Comer cada 3-5 horas para mantener el metabolismo alto y mantener las reservas de glucógeno (carbohidratos almacenados utilizados para la energía).

Antes del Ejercicio: La mayoría de las personas se sienten y se desempeñan mejor si comen de 1 a 3 horas antes de ejercitarse. Si usted come solo 1 hora antes, coma ligero: barra de granola o ½ sándwich o yogurt es una buena elección). Evite comer dulces y alimentos azucarados antes de ejercitarse; estos harán que usted se sienta aletargado y con poca energía.

Durante los Ejercicios: Si sus juegos/ ejercicios/eventos duran más de 60 minutos, incluya algunos alimentos con contenido de carbohidratos, o beba durante el ejercicio. La mayoría de las personas toleran los fluidos mejor, y los deportes están

formulados para dar una buena combinación de fluidos, carbohidratos y electrolitos para reemplazo. Alternar bebidas deportivas y agua, o usar bebidas deportivas diluidas con agua es una buena forma de mantenerse hidratado. Idealmente, beba de 4 a 8 onzas cada 15-20 minutos durante el ejercicio o juego.

Después del Ejercicio: El cuerpo está más receptivo para reemplazar el glicógeno de 15 a 30 minutos después del ejercicio, así que consuma siempre fluidos o alimentos que contienen carbohidratos durante este espacio de tiempo (frutas, barra de nutrición, vaso de leche o yogurt, etc.). Esperar una hora o más para comer significará que su rendimiento sufrirá el día siguiente, y posiblemente se sentirá fatigado. Además, coma una merienda o comida sustancial 2 horas después del ejercicio. Esto ayudará a recuperación significativa, y reabastecerá su almacén de combustible para el próximo día o evento. Una merienda o comida con alto contenido de carbohidratos es su mejor elección: sándwich con jugo o leche; una rosquilla(bagel) o banana con mantequilla de maní; yogurt y fruta; o una comida completa como pollo, pasta o arroz, y vegetales. Las barras de nutrición o deportivas pueden ser útiles cuando no hay disponible otra comida, pero no se deben usar para reemplazar comidas. Solo los carbohidratos reabastecerán sus músculos para el próximo ejercicio, así que asegúrese de que estos formen parte de sus comidas posteriores al ejercicio. Adicionalmente, tomarse de 1 a 2 días libres de ejercicio permite a sus músculos recuperarse y que se rellenen sus reservas de glicógeno.

Permanecer Hidratado: La hidratación es crucial para el rendimiento, el cual puede sufrir solo con perder de 1 a 2% del agua corporal. Beber agua con frecuencia es la mejor forma de permanecer hidratado. Compruebe el color de su orina diariamente para asegurarse de que permanece hidratado(a). La orina debe ser entre clara y amarillo ligero. Si usted toma suplementos de vitamina, es posible que su orina sea amarilla brillante durante las siguientes horas debido al efecto de las vitaminas B. No se alarme por esto, pero compruebe el color de su orina en otros momentos. Incluya por lo menos de 8 a 10 vasos de agua u otro líquido descafeinado diariamente, y añada esto para sustituir lo que ha transpirado.

HOJA DE DATOS DE CONMOCIONES PARA ATLETAS

Datos de la conmoción:

- Una conmoción es una lesión cerebral que afecta el funcionamiento del cerebro
- Una conmoción es causada por un golpe, sacudida, o choque en la cabeza o el cuerpo
- Una conmoción puede ocurrir incluso si usted no ha perdido el conocimiento
- Si cree tener una conmoción, no debe volver a jugar el día de la lesión y tampoco hasta que un profesional médico diga que está apto para volver a la actividad

¿Cuáles son los síntomas de una conmoción?

Los síntomas de una conmoción difieren con cada persona y con cada lesión, y puede que no se noten durante horas o días.

Los síntomas comunes incluyen:

- Dolor de cabeza
- Confusión
- Dificultad para recordar o prestar atención
- Problemas de equilibrio o mareos
- Sentirse lento, difuso, vago o aturdido
- Sentirse irritable, más emocional, o “deprimido”
- Náuseas o vómitos
- Molestias por la luz o el ruido
- Visión doble o borrosa
- Tiempo de reacción lento
- Problemas para dormir
- Pérdida de conciencia

Durante la recuperación, ejercitarse o hacer actividades que requieren concentración (como estudiar, trabajar en la computadora, o jugar videojuegos) puede hacer que los síntomas reaparezcan o empeoren.

¿Qué debo hacer si creo tener una conmoción? NO LA ESCONDA. INFÓRMELA. Ignorar los síntomas y tratar de “superarlo solo” empeora la situación. Diga a su entrenador, padre y preparador atlético si cree que usted o uno de sus compañeros puede tener una conmoción. No deje que nadie le presione para que continúe practicando ni juegue si tiene una conmoción.

ASISTA A UNA REVISIÓN. Solo un profesional de la salud puede decir si tiene una conmoción o no, y cuándo está bien volver a la actividad. Los deportes cuentan con tiempos de baja por lesiones y sustituciones de jugadores, para que se puede examinar y el equipo pueda dar lo mejor de sí. Cuanto antes pueda hacerse ver, más rápido podrá volver a jugar de forma segura.

CUIDE SU CEREBRO. Una conmoción puede afectar su habilidad para realizar tareas escolares y otras actividades. La mayoría de los atletas con contusiones mejora y vuelve a sus deportes, pero es importante darle tiempo al cerebro para que descanse. Una conmoción repetida que ocurra cuando su cerebro todavía está en recuperación puede causar problemas a largo plazo que cambien su vida para siempre.

¿Cómo puedo prevenir las contusiones?

Cada deporte es diferente, pero hay medidas que puede tomar para protegerse.

- Siga las pautas de seguridad de su entrenador y las reglas del deporte.
- Practicar buen espíritu deportivo en todo momento

Si cree tener una conmoción:

No la esconda. Infórmela. Tómese su tiempo para recuperarse.

Es mejor perderse un solo juego que toda la temporada.

Para más información, visite: www.cdc.gov/Concussion



Tabla de índices de calor

HUMEDAD RELATIVA %

Temp	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
105°	100	105	113	123	135	149				
104°	98	104	110	120	132	143				
102°	97	101	108	117	125	139				
100°	95	99	105	110	120	132	144			
98°	93	97	101	106	110	125	132			
96°	91	95	98	104	108	120	128			
94°	89	93	95	100	105	111	122	128		
92°	87	90	92	96	100	106	115	122		
90°	85	88	90	92	93	100	106	114	122	130
88°	82	86	87	89	93	95	100	106	115	125
86°	80	84	85	87	90	92	96	100	109	111
84°	78	81	83	85	86	89	91	95	99	105
82°	77	79	80	81	84	86	89	91	95	96
80°	75	77	78	79	81	83	85	86	89	91
78°	72	75	77	78	79	80	81	83	85	86
76°	70	72	75	76	77	77	77	78	79	80

SENSACIÓN TÉRMICA

Recomendación de Organización Mundial de la Salud

105° y más:

Recomiendan no hacer actividades afuera

95° a 104° actividad

Recomiendan que no se utilice equipo (cascos, hombreras, etc.)

90° a 94°

Recomiendan que el equipo sea removido tan a menudo como sea posible (durante los descansos, en la línea lateral, etc.) Monitoreo cuidadoso de todos los atletas para detectar signos de problemas de calor.

Debajo de 89°

Recomiendan el suministro de agua adecuado en todas las prácticas y competiciones con pausas cada 20 a 30 minutos para la rehidratación.

PAGE INTENTIONALLY LEFT BLANK

**FORMULARIO DE APROBACION PARA PARTICIPACION EN DEPORTES
INTERESCOLASTICOS PARA ESTUDIANTES EN
ESCUELAS CHARTER/HOMESCHOOL**

INSTRUCCIONES: Este paquete debe ser completado por las personas designadas y el Padre/Tutor Legal debe estar presente. Todos los formularios solicitados deben completarse completamente y devolverse a la Oficina de Operaciones ubicada en 2900 Mink Point Blvd., Beaufort, SC 29901. Este paquete se requiere para cada actividad en la que el estudiante de Charter/Homeschool desea participar.

SECCION UNO: Para ser completado por el padre/tutor legal del estudiante

Nombre del Estudiante:		Fecha de Nacimiento del Estudiante:	
Escuela:		Grado:	Género:
Nombre del Padre/Tutor Legal:			
Dirección:			
Ciudad, Estado, Código de Postal:			
Casa:	Trabajo:	Celular:	
Correo electrónico:			
Contactos de Emergencia/Teléfono/Relación con el Estudiante: 1. 2. 3.		Nombre del Medico:	
		Nombre:	
		Teléfono:	
		Hospital de Preferencia:	
<p>Certifico que la dirección anterior es nuestra residencia legal, el estudiante mencionado anteriormente reside conmigo y soy su padre/madre/tutor legal. Autorizo a la escuela local del estudiante para que entregue sus registros educativos al Distrito Escolar del Condado de Beaufort con el fin de determinar la elegibilidad.</p> <p>Firma del Padre/Tutor Legal: _____ Fecha: _____</p>			

Solicitud de Permiso: Yo, como padre/tutor legal, deseo solicitar permiso para que el estudiante mencionado anteriormente participe en deportes interescolares en los siguientes deportes durante el año escolar **2018-2019**:

- | | | | |
|---|-----------------------------------|------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Baloncesto | <input type="checkbox"/> Golf | <input type="checkbox"/> Tenis | <input type="checkbox"/> Lacrosse |
| <input type="checkbox"/> Pelota | <input type="checkbox"/> Fútbol | <input type="checkbox"/> Atletismo | <input type="checkbox"/> Animador/a |
| <input type="checkbox"/> Cross Country | <input type="checkbox"/> Softball | <input type="checkbox"/> Voleibol | <input type="checkbox"/> Baile |
| <input type="checkbox"/> Fútbol Americano | <input type="checkbox"/> Natación | <input type="checkbox"/> Lucha | <input type="checkbox"/> Hockey sobre césped |

FORMULARIO DE APROBACION PARA PARTICIPACION EN DEPORTES
INTERESCOLASTICOS PARA ESTUDIANTES EN
ESCUELAS CHARTER/HOMESCHOOL

SECCION DOS: To be completed by the Administrator of the student's Charter/ Home School (Para ser completado por el Administrador de la escuela Charter/Homeschool del estudiante)

Charter School/ Home School Association:	
Administrator of Charter School/ Home School Association:	
Email address:	Contact Number:
I certify the following items regarding the above student's information as being truthful and accurate:	
<ol style="list-style-type: none"> 1. The student is eligible at our home school and has met all requirements for eligibility under the South Carolina Code of Laws (Section 59-39-160) and Article VII of the South Carolina High School League Constitution 2. Home School Students Only: The student has been taught in the Home School setting for one full academic year prior to this application. 	
Administrator Signature: _____ Date: _____	

SECCION TRES: Documentos Requeridos

- Solicitud de Participación Atlética y Formulario de Permiso**
- Prueba de Residencia:**
 - o Dos formas de facturas de servicios públicos principales actuales (Electricidad, Gas, Cable, Agua), *or*
 - o Identificación con Foto emitida por el gobierno *o*
 - o Una forma de arrendamiento actual, aviso de impuesto de propiedad o declaración de hipoteca
- Reporte de Calificaciones- Debe presentarse trimestralmente**
 - o Reporte de Calificaciones y
 - o Transcripción final del año previo (periodo 180-días)
- Comprobante de vacunas e inmunizaciones** según lo exige el Código de S.C. Ann § 44-29-180 (una vez)
- Examen Físico del Estudiante/Formulario de Permiso de Padres** completado, firmado y adjunto (anualmente)
- Copia Certificada del Estado del Certificado de Nacimiento del Estudiante** (una vez)
- Formulario de Acuerdo de Permiso de Padres** (anualmente)
- Reconocimiento de GPA de Padres/Estudiante** (anualmente)
- Formulario de Reconocimiento de Riesgos** (anualmente)
- Permiso de los Padres para que su Hijo o Hija Participe en Atletismo** (anualmente)
- Formulario de Declaración de Reconocimiento de Concusión del Estudiante-Aleta** (anualmente)
- Formulario de Consentimiento para Pruebas de Drogas** (anualmente)

OFFICE OF AUXILIARY SERVICES USE ONLY:

<input type="checkbox"/> Request Approved	<input type="checkbox"/> Request Denied	<input type="checkbox"/> Deadline Not Met
Signature - Chief Operations Officer:		Date:

FORMULARIO DE EXAMEN FÍSICO

Nombre _____ Fecha Nacimiento. _____

RECORDATORIOS PARA ELMÉDICO

1. Considere preguntas adicionales sobre asuntos más sensibles
 - ¿Se siente estresado o bajo mucha presión?
 - ¿Se siente triste, sin esperanza, deprimido o ansioso?
 - ¿Se siente seguro(a) en su casa o residencia?
 - ¿Ha probado alguna vez cigarrillos, tabaco para masticar, aspirar o humedecer?
 - Durante los últimos 30 días, ¿utilizó tabaco para masticar, aspirar o humedecer?
 - ¿Bebe usted alcohol o utiliza alguna otra droga?
 - ¿Ha tomado alguna vez esteroides anabolizantes o usado algún otro suplemento para el rendimiento?
 - ¿Ha tomado alguna vez suplementos que le ayuden a adquirir o perder peso o mejorar su rendimiento?
 - ¿Utiliza usted un cinturón de seguridad, casco y condones?
2. Considere revisar las preguntas sobre síntomas cardiovasculares (preguntas 5 a 14).

EXAMEN			
Altura	Peso	<input type="checkbox"/> Hombre <input type="checkbox"/> Mujer	
BP	(/)	Pulso	Corregida <input type="checkbox"/> S <input type="checkbox"/> N
MÉDICO	NORMAL	HALLAZGOS ANORMALES	
Apariencia • Estigma de Marfan (quifoscoliosis, paladar de arco alto, tórax en embudo, aracnodactilia, largo del brazo > altura, hiperlaxidad, miopía, MVP, insuficiencia)			
Ojos/oidos/nariz/garganta • Pupilas iguales • Audición			
Nudos Linfáticos			
Corazón ^a • Soplos (auscultación, de pie, supina +/- Valsalva) • Localización del punto de impulse máximo (PMI)			
Pulsos • Pulsos radiales y femorales simultáneos			
Pulmones			
Abdomen			
Genitourinario (solo hombres) b			
Piel • HSV, lesiones que sugieren MRSA, tiña corporal			
Neurológico ^c			
MUSCULOESQUELÉTICO			
Cuello			
Espalda			
Hombro/brazo			
Codo/antebrazo			
Muñeca/manos/dedos			
Cadera/muslo			
Rodilla			
Pierna/tobillo			
Pie/dedos			
Funcional • Caminar como pato, saltar en una pierna			

^aConsidere ECG, ecocardiograma, y derivación a cardiología para examen o historia cardíaca anormal.
^bConsidere examen GU si está en un entorno privado. Se recomienda tener presente a una tercera persona.
^cConsidere la evaluación cognitiva o prueba neuropsiquiátrica de referencia si hay un historial de contusión significativa.

- Permiso para todos los deportes sin restricciones
- Permiso para todos los deportes sin restricción con recomendaciones para evaluación o tratamiento adicional para: _____
- Sin Permiso
 - o Evaluación adicional pendiente
 - o Para cualquier deporte
 - o Para ciertos deportes

Razón: _____

Recomendaciones: _____

He examinado al estudiante arriba citado y completado la evaluación física previa a la participación. El atleta no presenta contraindicaciones clínicas evidentes para la práctica y participa en los deportes que se describen arriba. Una copia del examen físico está archivada en mi oficina y puede estar disponible para la escuela a petición de los padres. Si surgen condiciones después de que el atleta tiene permiso de participar, el médico puede rescindir el permiso hasta que se resuelva el problema y las posibles consecuencias se expliquen por completo al atleta (y padres/tutores).

Nombre del médico (Escrito / tipo) _____ Fecha _____

Dirección _____ Tel. _____

Firma del Médico _____, MD o DO



RECONOCIMIENTO DE LOS PADRES

Reconocimiento de los Padres Sobre Riesgos: Como padre / tutor del estudiante-atleta arriba mencionado, doy permiso para que él / ella participe en eventos atléticos y la evaluación física para la participación. Entiendo que esto es simplemente una evaluación de detección y no un sustituto de la atención médica regular. También concedo permiso para el tratamiento que se considere necesario para una condición que surja durante la participación de estos eventos, incluyendo el tratamiento médico o quirúrgico recomendado por un profesional médico. Autorizo a enfermeras, instructores y entrenadores, así como a médicos o personas bajo su dirección que sean parte de la prevención y tratamiento de lesiones atléticas, a tener acceso a la información médica necesaria. Sé que el riesgo de lesiones a mi hijo / a viene con la participación en deportes y durante el viaje hacia y desde el juego y prácticas. He tenido la oportunidad de entender el riesgo de lesiones durante la participación en deportes a través de reuniones, información escrita o por otros medios. Mi firma indica que, según mi conocimiento, mis respuestas a las preguntas anteriores son completas y correctas. Entiendo que los datos adquiridos durante estas evaluaciones pueden ser utilizados con fines de investigación.

Promesa de los Padres: Como padre, entiendo que soy un modelo a imitar. Mi firma a continuación indica mi acuerdo con cada uno de los siguientes: recordaré que el atletismo escolar es una extensión de la clase, ofreciendo experiencias de aprendizaje para los estudiantes, ya sean participantes o espectadores. Mostraré respeto por los equipos opositores involucrados. El uso de lenguaje inapropiado y la burla son contrarios al espíritu de juego limpio y a un buen deportista que BCSD, sus escuelas, las conferencias atléticas en las que participan nuestras escuelas y el SCHSL, espera de sus miembros. Acepto mi responsabilidad de modelar el buen espíritu deportivo que viene con ser el padre de un estudiante atleta. Estoy de acuerdo en alentar y apoyar a mi estudiante asistiendo a las reuniones de padres como lo requiere la escuela/entrenador. Prestando apoyo a la escuela / actividad del club de apoyo, garantizando que mi estudiante siga todas las reglas de SCHSL, BCSD, escuela y equipo, reglas, interactuando con maestros, consejeros y administradores escolares regularmente para monitorear el éxito académico / progreso de mi estudiante, demostrando buen espíritu deportivo en todo momento hacia entrenadores, oficiales, competidores y personal, presentando todos los honorarios y formularios requeridos para la participación, siguiendo los métodos establecidos para hacer frente a las preocupaciones del programa/individual, entrando primero en comunicación con el entrenador de mi estudiante, asistiendo a los certámenes en los cuales mi estudiante estará involucrado tan a menudo como sea posible, y asegurar que mi estudiante tenga el transporte necesario hacia/desde las prácticas y eventos.

Nombre del Estudiante: (LETRA DE MOLDE): _____

Firma del Estudiante: _____ Fecha: _____

Nombre del Padre/Tutor: (LETRA DE MOLDE): _____

Firma del Padre/Tutor: _____ Fecha: _____



FORMULARIO DE ACUERDO DE PERMISO DE PADRES

Escuela: _____ Actividad: _____

Nombre del Estudiante: _____ Grado: _____

Como padre / tutor de un estudiante del Distrito Escolar del Condado de Beaufort, que elige participar en actividades co-curriculares, estoy de acuerdo en alentar y apoyar a mi hijo /a y su actividad mediante:

1. Asistir a las reuniones de padres según lo requiera la escuela / entrenador
2. Prestando apoyo a la escuela / actividad del club de apoyo
3. Asegurarme de que mi hijo /a siga el código de conducta del estado, distrito, estudiante y todos los códigos de disciplina en todo momento
4. Interactuar con maestros, consejeros y administración de la escuela regularmente para monitorear el éxito académico / progreso de mi estudiante
5. Demostración de buen espíritu deportivo en todo momento hacia entrenadores, oficiales, equipo de casa / visitantes, competidores y personal
6. Enviando todos los honorarios y formularios requeridos para los participantes
7. Siguiendo los métodos establecidos para abordar las inquietudes del programa / individuales haciendo el contacto inicial para una conferencia programada usando la Cadena de mando:
 - A. Entrenador Auxiliar
 - B. Entrenador Principal
 - C. Director Atlético
 - C. Sub-Director
 - E. Director
 - F. Oficina del Distrito
8. Asistir al certamen en el cual mi estudiante estará involucrado tanto como sea posible
9. Asegurándome que mi estudiante tenga el transporte necesario hacia/desde las prácticas y eventos

Como padre / tutor, entiendo que mi participación y apoyo directo es necesario para que esto sea una experiencia valiosa para mi hijo /a. Mi firma a continuación indica que he aceptado los términos anteriores de este acuerdo.

Nombre del Padre/Tutor: (LETRA DE MOLDE): _____

Firma del Padre/Tutor: _____ Fecha: _____



FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO PARA PRUEBAS DE DROGAS

Deseo que _____, (estudiante) pueda participar en algunas o todas las siguientes actividades o privilegios voluntarios ofrecidos por el Distrito Escolar del Condado de Beaufort, que incluyen: atletismo inter-escolar, otras actividades extracurriculares voluntarias y privilegios de estacionamiento en el campus.

Por la presente estoy de acuerdo en que:

- He recibido una copia del reglamento administrativo del Distrito Escolar del Condado de Beaufort que regula las pruebas de drogas al azar de los estudiantes. He leído y entiendo el reglamento
- _____, (estudiante) deberá ser inscripto en el programa de pruebas de drogas al azar del Distrito Escolar del Condado de Beaufort a partir de este año escolar y puede ser sometido a exámenes de drogas de acuerdo con la regulación de pruebas de drogas al azar en cualquier momento durante su inscripción en el Distrito Escolar del Condado de Beaufort.
- Prueba de drogas del estudiante bajo la regulación de pruebas de drogas al azar son completamente voluntarios y un estudiante nunca es obligado a someterse a una prueba de drogas. Sin embargo, la negativa a someterse a una prueba de droga tendrá las mismas consecuencias que una prueba de droga positiva.
- Los resultados de las pruebas de drogas pueden ser entregados al estudiante, padre/ tutor, el Administrador de Pruebas contratado por el Distrito Escolar del Condado de Beaufort, el Oficial de Revisión Médica, el designado por el Superintendente y el Director de la Escuela del estudiante.

Nombre del Estudiante (LETRA DE MOLDE)

Nombre del Padre/ Tutor

Firma del Estudiante

Firma del Padre/Tutor

Fecha: _____, 20____



DECLARACIÓN DE RECONOCIMIENTO DE CONCUSIÓN DEL ESTUDIANTE - ATLETA

Yo, _____, entiendo que es mi responsabilidad informar de todas las lesiones y enfermedades, incluyendo conmociones cerebrales, a mi entrenador de atletismo y/o entrenador principal.

He leído y entiendo la hoja de datos de concusión de CDC, *Una Hoja Informativa de Concusión para los Atletas*, y estoy consciente de la siguiente información:

1. Una conmoción cerebral es una lesión cerebral, que soy responsable de informar al entrenador principal o entrenador atlético.
2. Una conmoción cerebral puede afectar mi capacidad para realizar actividades cotidianas y afectar el tiempo de reacción, el equilibrio, el sueño y el rendimiento en la clase.
3. No puedo ver una conmoción cerebral, pero podría notar algunos de los síntomas de inmediato. Entiendo que otros síntomas pueden aparecer horas o días después de la lesión.
4. Si sospecho que un compañero de equipo tiene una conmoción cerebral, soy responsable de reportar la lesión a mi entrenador principal o entrenador atlético.
5. No volveré a jugar en un juego o práctica si he recibido un golpe en la cabeza o el cuerpo que resulta en síntomas relacionados con la concusión.
6. Después de la concusión, entiendo que el cerebro necesita tiempo para sanar. Entiendo que es mucho más probable que tenga una conmoción cerebral repetida si vuelvo a jugar antes de que los síntomas se resuelvan.
7. En casos raros, entiendo que las conmociones cerebrales repetidas pueden causar daño cerebral permanente e incluso la muerte.

Reconozco que he leído y entiendo la *Hoja de Datos de los CDC para Atletas* y la política de Cobertura de Seguro de Estudiante del Condado de Beaufort y acepto estas responsabilidades para proteger mi bienestar. Si tengo alguna pregunta, es mi responsabilidad hacerla al personal de entrenamiento atlético o a mi entrenador.

Nombre del Estudiante:	Firma:	Fecha:
Nombre del Padre/Tutor:	Firma:	Fecha: