

PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD ENTRENAMIENTO INDIVIDUAL EN PARQUES Y ESCENARIOS DEPORTIVOS (SINTÉTICOS)

En atención a los lineamientos emitidos por el Ministerio de Salud y Protección Social en Resolución Número 000666 de 24 abril 2020, La Alcaldía de Valledupar adoptó mediante el decreto 288 de 26 de abril, el protocolo de bioseguridad para mitigar, controlar y realizar el adecuado manejo de la pandemia del Coronavirus COVID-19.

Instituto Municipal de
deporte y recreación de
Valledupar INDUPAL,
JULIO 2020

	<p style="text-align: center;">INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTES DE VALLEDUPAR</p> <p style="text-align: center;">PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD</p>	Código: FT-TH-14
		Fecha: 31/12/2019
		Versión: 1.0
		Pág: 1-1

PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA LA PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DEL CORONAVIRUS (Covid-19) PARA ENTRENAMIENTO INDIVIDUAL DE ESCENARIOS – SINTETICOS-, DEPORTIVOS Y PARQUES RECREATIVOS A CARGO DE INDUPAL

El presente protocolo de bioseguridad está diseñado para la promoción y prevención del CORONAVIRUS (Covid-19), aplica para las personas administrativas, cuerpo técnico y futbolistas aficionados, vinculados a organizaciones deportivas como Clubes, Liga y Federaciones de Fútbol, Rugby, Voleibol, Baloncesto y usuarios de parques recreativos de la ciudad de Valledupar cuyo objeto es realizar entrenamiento individual en los escenarios – sintéticos-, cancha multifuncionales deportivas y parques recreativos a cargo del Instituto Municipal de Deporte y Recreación de Valledupar – INDUPAL, que a través del desarrollo de sus actividades deportivas hacen uso temporal de los escenarios a cargo de Indupal.

En razón del servicio que INDUPAL presta a las distintas organizaciones deportivas con el préstamo de los escenarios bajo su administración, vivimos una situación de pandemia en el país por causa del **CORONAVIRUS (Covid-19)**, donde el gobierno nacional liderado por el Ministerio del Interior, Ministerio de Salud y la Protección Social y el Ministerio del Deporte, la Administración Municipal local liderada por la Secretaria de Gobierno, Secretaria de Salud y el Instituto Municipal de Deporte y Recreación de Valledupar – INDUPAL, en aras de prevenir contagios, han establecido protocolos de bioseguridad para las distintas actividades a fin de ir promoviendo y previniendo futuros contagios y el desarrollo de hábitos de autocuidado para una mejor salud en la convivencia.

El Instituto Municipal de Deporte y Recreación de Valledupar – INDUPAL, acogiendo a las disposiciones que sobre el Deporte y la Recreación, se han emitido ha elaborado los protocolos de bioseguridad que deben cumplirse en los parques y escenarios deportivos a cargos de INDUPAL.

MARCO LEGAL Y DE REFERENCIA

- ✓ Constitución Política de Colombia. Art. 52
- ✓ Ley 181 del 18 de Enero de 1995. Art. 3
- ✓ Manual de Uso Administración y Aprovechamiento Económico de Parques y Escenarios Deportivos y Recreativos de Valledupar a Cargo de INDUPAL.
- ✓ Acuerdo Municipal N°. 033 del 12 de Septiembre de 1995. Art. 4
- ✓ Decreto Nacional 457 del 22 de Marzo de 2020 Ministerio del Interior.
- ✓ Circular N°. 024 del 24 de Febrero de 2020 Ministerio del Trabajo.
- ✓ Decreto Nacional 488 del 27 de Marzo de 2020 Ministerio del Interior.
- ✓ Resolución N°. 00000666 del 24 de Abril de 2020 Ministerio de Salud.

	<p style="text-align: center;">INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTES DE VALLEDUPAR</p> <p style="text-align: center;">PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD</p>	Código: FT-TH-14
		Fecha: 31/12/2019
		Versión: 1.0
		Pág: 1-1

- ✓ Resolución N°. 00000991 del 17 de Junio de 2020 Ministerio de Salud.
- ✓ Resolución N°. 00000993 del 17 de Junio de 2020 Ministerio de Salud.
- ✓ Circular Externa N°. 005 del 17 de Junio de 2020 Ministerio del Deporte.
- ✓ Resolución N°. 00001507 del 31 de Agosto de 2020 Ministerio de Salud.
- ✓ Resolución N°. 00001313 del 3 de Agosto de 2020 Ministerio de Salud.
- ✓ Resolución N°. 00001513 del 1 de Septiembre de 2020 Ministerio de Salud.
- ✓ Circular Externa N°. 008 del 15 de Septiembre de 2020 Ministerio del Deporte.
- ✓ Decreto Nacional N°. 1297 del 29 de Septiembre de 2020.
- ✓ Decreto Municipal N°. 000611 del 30 de Septiembre de 2020.

OBJETIVOS GENERALES DEL PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA ENTRENAMIENTO DE LOS DEPORTISTAS, CUERPO TECNICO Y USUARIOS DE PARQUES.

- ✓ Prevenir el contagio respiratorio del COVID 19.
- ✓ Controlar el desarrollo de toda actividad física y de aprendizaje técnico.
- ✓ Control y seguimiento de la salud y hábitos de autocuidado de los deportistas y el cuerpo técnico en el desarrollo de sus actividades en el escenario.
- ✓ Brindar espacios y equipamiento seguros e higiénicos en los parques y escenarios, para un trabajo deportivo acorde al cumplimiento de los protocolos de bioseguridad implementados.
- ✓ Preservar la salud de todos los deportistas, cuerpo técnico, personal de apoyo y población usuaria de los parques y escenarios.

OBJETIVOS ESPECIFICOS DEL PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA ENTRENAMIENTO DE LOS DEPORTISTAS, CUERPO TECNICO Y USUARIOS DE PARQUES.

- ✓ Dirigir y fomentar actividades para la higiene personal de los deportistas, cuerpo técnico y usuarios.
- ✓ Mitigar los riesgos de contagio y controlar la interacción social del personal presente en las actividades deportivas en los escenarios sintéticos y parques.
- ✓ Asegurar y propender por el suministro y uso correcto de elementos de protección personal específicos y acordes al riesgo derivado del virus Covid-19.
- ✓ Implementar las medidas para el desarrollo del entretenimiento en disciplinas como Futbol, Voleibol y Baloncesto, y la recreación con el equipamiento deportivo y recreativo en parques, en condiciones de higiene y bioseguridad garantizada.
- ✓ Disponer de elementos e insumos y la accesibilidad a los colaboradores para mantener condiciones controladas de labor en los entrenamientos deportivos como Futbol, Voleibol y Baloncesto, y la recreación con el equipamiento deportivo y recreativo en parques.

	<p style="text-align: center;">INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTES DE VALLEDUPAR</p> <p style="text-align: center;">PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD</p>	Código: FT-TH-14
		Fecha: 31/12/2019
		Versión: 1.0
		Pág: 1-1

DEFINICIONES

- ✓ *Aislamiento*: Separación de un apersona o grupo de personas que se sabe o se cree razonablemente, que están infectadas con una enfermedad transmisible y potencialmente infecciosa de aquellos que no están infectados, para prevenir la propagación del virus del Covid-19.
- ✓ *Afectado*: Personas que están infectados o contaminados o que son portadores de fuentes de infección o contaminación, de modo tal que constituyen un riesgo para la salud pública.
- ✓ *Asepsia*: Ausencia de microorganismos que pueden causar enfermedad. Este concepto incluye la preparación del equipo, la instrumentación y el cambio de operaciones mediante los mecanismos de esterilización y desinfección.
- ✓ *Bioseguridad*: Conjunto de medidas preventivas que tienen por objeto eliminar o minimizar el factor de riesgo biológico que pueda llegar a afectar la salud, el medio ambiente o la vida de las personas, asegurando que el desarrollo o producto final de dichos procedimientos no atenten contra la salud y seguridad de los trabajadores.
- ✓ *Carga de Entrenamiento*: Las actividades físicas y mentales que realiza el individuo encaminadas al desarrollo de capacidades, hábitos, entre otros. Así como la suma de los efectos de estas actividades sobre el organismo del deportista.
- ✓ *Caso Confirmado*: Persona con infección por el virus del Covid-19 confirmada mediante pruebas de laboratorio, independientemente de los signos y síntomas clínicos.
- ✓ *Caso Probable*: Un caso sospechoso en el que los resultados de las pruebas de infección del virus del Covid-19, o de un ensayo de detección de todo tipo de coronavirus son positivos y en el que no se ha podido confirmar mediante pruebas de laboratorio la presencia de otros patógenos respiratorios.
- ✓ *Caso Sospechoso*: Teniendo en cuenta la información con la que se cuenta a la fecha, se considera caso sospechoso a paciente con infección respiratoria aguda severa (con fiebre, resfriado y que necesita ser hospitalizado).
- ✓ *Contacto Estrecho*: Es el contacto entre personas en un espacio de 2 metros o menos de distancia, en una habitación o en el área de atención de un caso de COVID-2019 confirmado o probable, durante un tiempo mayor a 15 minutos, o contacto directo con secreciones de un caso probable o confirmado mientras el paciente es considerado infeccioso.
- ✓ *Contagio*: Transmisión de una enfermedad por contacto con el agente patógeno que la causa.
- ✓ *Control*: Es un mecanismo preventivo y correctivo adoptado por la administración de una dependencia o entidad que permite la oportuna detección y corrección de desviaciones.

	<p style="text-align: center;">INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTES DE VALLEDUPAR</p> <p style="text-align: center;">PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD</p>	Código: FT-TH-14
		Fecha: 31/12/2019
		Versión: 1.0
		Pág: 1-1

- ✓ **Contacto Cercano:** Es el que da entre un caso sospechoso o confirmado de Covid-19 y otras personas a menos de 2 metros de distancia, durante un periodo de tiempo mayor de quince minutos.
- ✓ **COVID-19:** Es una nueva enfermedad, causada por un nuevo coronavirus que no se había visto antes en seres humanos.
- ✓ **Desinfección:** Es la destrucción de microorganismos de una superficie por medio de agentes químicos o físicos.
- ✓ **Desinfectante:** Es un germicida que inactiva prácticamente todos los microorganismos patógenos reconocidos, pero no necesariamente todas las formas de vida microbiana, ejemplo esporas. Este término se aplica solo a objetos inanimados.
- ✓ **Deportista:** Es aquel que se dedica voluntariamente a la práctica del deporte dentro de la organización de una organización deportiva.
- ✓ **Deporte:** Es la específica conducta humana caracterizada por una actitud lúdica y de afán competitivo de comprobación o desafío, expresada mediante el ejercicio corporal y mental, dentro de disciplinas y normas pre establecidas orientadas a generar valores morales, cívicos y sociales (Ley 181, 1995, p. 34).
- ✓ **Deportes de Pelota:** Aquellos deportes cuyo elemento esencial para su desarrollo es con el uso de una pelota, (grande o pequeña). **Deportista recreativo:** Se enmarca en la definición de deporte social y comunitario de la Ley 181 de 1995, que se refiere al aprovechamiento del deporte con fines de esparcimiento, recreación y desarrollo físico de la comunidad. Procura integración, descanso y creatividad. Se realiza mediante la acción interinstitucional y la participación comunitaria para el mejoramiento de la calidad de vida.
- ✓ **Distancia Social Aerodinámicamente equivalente para caminar, correr, andar en bicicleta:** Es la distancia social que dos personas necesitan mantener al caminar / correr / andar en bicicleta para tener el mismo nivel de riesgo de no exposición a las gotas que en el caso de 1.5 m, 2 m, o 6m deben mantener dos personas de pie y uno frente al otro.
- ✓ **Enfermedad:** Alteración leve o grave del funcionamiento normal de un organismo o de alguna de sus partes debida a una causa interna o externa.
- ✓ **Entrenamiento:** Conjunto de procedimientos y actividades realizadas para aumentar la capacidad física, desarrollando la cualidades de un individuo de la forma más adecuada y en función de las circunstancias.
- ✓ **Epidemia:** Enfermedad que ataca a un gran número de personas o de animales en un mismo lugar y durante un mismo periodo de tiempo
- ✓ **Entidad Deportiva:** Instituciones del orden municipal, departamental y nacional en el sector público, creadas para organizar la actividad deportiva a nivel competitivo en el sector olímpico convencional y paralímpico, entre otras actividades. (Coldeportes, 2015).

	<p style="text-align: center;">INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTES DE VALLEDUPAR</p> <p style="text-align: center;">PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD</p>	Código: FT-TH-14
		Fecha: 31/12/2019
		Versión: 1.0
		Pág: 1-1

- ✓ *Entrenador Deportivo:* Es un pedagogo, profesor, maestro-dirigente de un grupo de atletas, junto con las cuales persigue éxitos deportivos en todos los niveles, debe tener capacidades laborales requeridas, según su grado de conocimientos académicos adquiridos, experiencias vividas y resultados alcanzados como tal, que le permitirán desempeñarse en el proceso continuo de calidad pertinente al entrenamiento deportivo, según sea el deporte de su aplicación: individual, grupal o mixto (Todorov Ivan et al., 1995).
- ✓ *Escenario Deportivo:* Es toda instalación construida o adecuada para la práctica de un deporte determinado y legalmente reconocido por el Estado colombiano por intermedio de la autoridad competente respectiva incluyendo todas sus dependencias internas y externas y vías de ingreso y salida cercanas a dichos instalaciones.
- ✓ *Hipoclorito:* Es un desinfectante que se encuentra entre los más comúnmente utilizados. Estos desinfectantes tienen un efecto rápido sobre una gran variedad de microorganismos. Son los más apropiados para la desinfección general. Como este grupo de desinfectantes corroe los metales y produce además efectos decolorantes, es necesario enjuagar lo antes posible las superficies desinfectadas con dicho producto.
- ✓ *Limpieza:* Es el proceso de eliminación de restos orgánicos e inorgánicos de una superficie.
- ✓ *Mascarilla Quirúrgica:* Elemento de protección personal para la vía respiratoria que ayuda a bloquear las gotitas más grandes de partículas, derrames, aerosoles o salpicaduras, que podrían contener microbios, virus y bacterias, para que no lleguen a la nariz o la boca.
- ✓ *Máscara de Alta Eficiencia (FFP2) o N95:* Están diseñados específicamente para proporcionar protección respiratoria al crear un sello hermético contra la piel y no permitir que pasen partículas (< 5 micras) que se encuentran en el aire, entre ellas, patógenos como virus y bacterias. La designación N95 indica que el respirador filtra al menos el 95% de las partículas que se encuentran en el aire. Se denominan —N|||| si no son resistentes al aceite, —R|||| si son algo resistentes al aceite y —P|||| si son fuertemente resistentes al aceite.
- ✓ *Material Contaminado:* Es aquel que ha estado en contacto con microorganismos o es sospechoso de estar contaminado.
- ✓ *Medios para el entrenamiento:* Son los instrumentos, herramientas a través de las cuales se realiza el proceso de entrenamiento deportivo (técnico, táctico) que se utilizan para el cumplimiento de las tareas del entrenamiento.
- ✓ *Pandemia:* Enfermedad epidémica que se extiende a muchos países o que ataca a casi todos los individuos de una localidad o región.
- ✓ *Prevención:* Preparar con antelación lo necesario para un fin, anticiparse a una dificultad, preveer un daño, avisar a alguien de algo.

	<p style="text-align: center;">INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTES DE VALLEDUPAR</p> <p style="text-align: center;">PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD</p>	Código: FT-TH-14
		Fecha: 31/12/2019
		Versión: 1.0
		Pág: 1-1

- ✓ *Protección:* Acción de proteger o impedir que una persona o cosa reciba daño o que llegue hasta ella algo que lo produzca.
- ✓ *Residuo Biosanitario:* Son todos aquellos elementos o instrumentos utilizados durante la ejecución de un procedimiento que tiene contacto con materia orgánica, sangre o fluidos corporales del usuario.
- ✓ *Residuos Peligrosos:* Es cualquier objeto, material, sustancia, elemento o producto que se encuentra en estado sólido o semisólido, o es un líquido o gas contenido en recipientes o depósitos, cuyo generador descarta, rechaza o entrega porque sus propiedades no permiten usarlo nuevamente en la actividad que lo generó o porque la legislación o la normatividad vigente así lo estipula.
- ✓ *Reutilización:* Uso del mismo respirador N95 para múltiples encuentros con pacientes, pero retirándolo después de cada valoración. Se debe almacenar entre los encuentros para volver a ser usado antes de la siguiente evaluación médica.
- ✓ *SARS:* Síndrome respiratorio agudo severo, por sus siglas en inglés (Severe Acute Respiratory Syndrome).
- ✓ *SARS-CoV-2:* Versión acortada del nombre del nuevo coronavirus “Coronavirus 2 del Síndrome Respiratorio Agudo Grave” (identificado por primera vez en Wuhan, China) asignado por El Comité Internacional de Taxonomía de Virus, encargado de asignar nombres a los nuevos virus.
- ✓ *Seguimiento:* Procedimiento para mantener el contacto con casos sospechosos o confirmados de Covid-19 y sus contactos, revisar la presencia de signos y síntomas e informar sobre las medidas de prevención y cuidado.
- ✓ *Sesión de Entrenamiento:* Es la forma operativa fundamental del proceso de entrenamiento, dedicada a resolver organizada y racionalmente las tareas de la preparación del deportista. La duración de la sesión depende de la modalidad deportiva, la edad del deportista, el periodo de entrenamiento y/o el nivel de preparación de los deportistas.
- ✓ *Sintomatología:* Conjunto de síntomas que son característicos de una enfermedad determinada o que se presentan en un enfermo.
- ✓ *Tratamiento:* Es el conjunto de medios (higiénicos, farmacológicos, quirúrgicos u otros) cuya finalidad es la curación o el alivio (paliación) de las enfermedades.
- ✓ *Uso extendido:* Utilización del mismo tapabocas N95 para encuentros repetidos de contacto cercano con varios pacientes, sin quitar el respirador entre las valoraciones de los pacientes. El uso extendido puede implementarse cuando se hace cohorte de pacientes. Se ha recomendado el uso extendido como una opción para conservar por más tiempo los respiradores N95 durante brotes y pandemias.
- ✓ *Virus:* Microorganismo compuesto de material genético protegido por un envoltorio proteico, que causa diversas enfermedades introduciéndose como parásito en una célula para reproducirse en ella.

	<p style="text-align: center;">INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTES DE VALLEDUPAR</p> <p style="text-align: center;">PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD</p>	Código: FT-TH-14
		Fecha: 31/12/2019
		Versión: 1.0
		Pág: 1-1

REQUISITOS DE OBLIGATORIO CUMPLIMIENTO PARA ACCEDER AL USO DE LOS ESCENARIOS DEPORTIVOS POR PARTE DE LOS CLUBES DEPORTIVOS.


Los requisitos deberán ser presentados por la organización deportiva ante INDUPAL, para su previa autorización, así:

- ✓ Solicitud a INDUPAL, indicando los espacios y escenarios.
- ✓ Contar con Reconocimiento Legal Vigente emitido por INDUPAL.
- ✓ Haber estado inscrito en las Convocatorias para Uso de Escenarios Deportivos para 2020.
- ✓ Presentar listado de los deportistas, entrenadores y personal de apoyo con la siguiente información: Nombre completo, documento de identidad, ocupación, dirección, teléfono EPS, ARL, temperatura, síntomas de antecedentes patológicos de importancia, si ha tenido contacto con personas diagnosticadas por Covid-19, datos de personas a quien avisar en caso de emergencia y teléfono.
- ✓ Presentar un consentimiento de autorización firmado por los padres de familia (si es menor de edad), si es mayor de 18 años firmado por él mismo, respecto al entrenamiento del deportista.
- ✓ Cada organización deportiva debe realizar sus propios protocolos y presentarlos para la aprobación en SG-SST de INDUPAL y la Secretaria de Salud Municipal.

ETAPAS DEL PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD.

1. MONITOREO, EVALUACIÓN, REGISTRO Y SEGUIMIENTO DEL ESTADO DE SALUD AL INICIO DEL ENTRENAMIENTO DE LOS DEPORTISTAS.

- Deportistas, entrenadores, cuerpo técnico y personal de apoyo debe autoevaluarse su estado de salud y reportar a su acudiente, entrenador del Club Deportivo y/o al Gestor de parques, si registra alguno de los siguientes síntomas:
 - ✓ Fiebre.
 - ✓ Tos.
 - ✓ Dificultad respiratoria y/o entrecortada.
 - ✓ Somnolencia o dificultad para despertar.
 - ✓ Ataques o convulsiones.
 - ✓ Decaimiento o deterioro general.
 - ✓ Secreción nasal.
 - ✓ Dolor de Cabeza.
 - ✓ Dolor de Garganta.

	<p style="text-align: center;">INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTES DE VALLEDUPAR</p> <p style="text-align: center;">PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD</p>	Código: FT-TH-14
		Fecha: 31/12/2019
		Versión: 1.0
		Pág: 1-1

- El Gestor de Parques, entrenador, jefe del cuerpo técnico, personal de apoyo, se encargaran del monitoreo al personal de deportistas de su club en general al ingreso e inicio de las labores, durante la jornada y al finalizar el entrenamiento, llevando un registro de las encuestas del sistema general de salud del personal, dicho registro deberá establecer lo siguiente:
 - ✓ Toma de temperatura (normal 36° a 37°C)
 - ✓ El Gestor de Parque deberá tomar la temperatura, quien debe hacer uso del tapabocas desechable en todo momento.
 - ✓ En caso de presentarse una temperatura igual o mayor a 38°C, se debe esperar 15 minutos y volver a realizar la toma de temperatura.
 - ✓ La persona que en el ingreso al escenario deportivo se detecte con sintomatología o que refiera tenerla (debe tomarse como positiva de contagio de Covid-19), inmediatamente debe reportarse al entrenador y personal de apoyo y de forma inmediata debe aislarse temporalmente para preservar el cuidado de la salud del deportistas y del grupo en general, mientras se da aviso inmediatamente a la EPS, padres o Acudientes, Autoridades de Salud Municipal e INDUPAL, para la orientación del traslado según corresponda.
 - ✓ Se realizaran toma de registro diariamente del estado de salud del personal, por medio de encuestas de síntomas respiratorios, donde se recolecta la siguiente información: Nombre completo, documento de identidad, ocupación, dirección, teléfono EPS, ARL, temperatura, síntomas de antecedentes patológicos de importancia, si ha tenido contacto con personas diagnosticadas por Covid-19, datos de personas a quien avisar en caso de emergencia y teléfono.
 - ✓ La vigilancia y el cumplimiento del protocolo está a cargo de SG-SST – INDUPAL y la Secretaria de Salud Municipal.

2. CUIDADOS DESDE LA CASA HASTA EL ENTRENAMIENTO.

- ✓ Llevar su propia indumentaria, agua en envases desechables, toallas y suplementos.
- ✓ Estar atento a las indicaciones de la autoridad local sobre restricciones a la movilidad y acceso a lugares públicos.
- ✓ Visitar solamente la zona donde realizara su actividad deportiva y evite aglomeraciones de personas.
- ✓ No saludar con besos, ni abrazos, ni dar la mano.
- ✓ Una vez utilizados, debe desechar los envases desechables en las bolsas de basura que se dispondrán para tal fin.
- ✓ Antes de salir de la casa debe lavarse bien las manos con agua y jabón durante 40 segundos y secado de manos.

	<p style="text-align: center;">INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTES DE VALLEDUPAR</p> <p style="text-align: center;">PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD</p>	Código: FT-TH-14
		Fecha: 31/12/2019
		Versión: 1.0
		Pág: 1-1

- ✓ Portar alcohol en gel y transportarlo constantemente en su bolso, para crear hábito de autocuidado durante los desplazamientos hacia el escenario.
- ✓ Uso obligatorio del tapabocas, gestores de parques, deportistas, entrenadores y personal de apoyo deben usarlo permanentemente, manera correcta y adecuada cubriendo nariz, boca y hacia los laterales de la cara, en el entrenamiento, durante su permanencia del entrenamiento en el escenario deportivo y espacios públicos.
- ✓ Recuerde que el tapabocas de telas debe lavarse con agua y jabón cada 8 horas, ese es el tiempo de asepsia que proporcionan esas 8 horas.
- ✓ No entrar en contacto con ninguna persona durante el desplazamiento hacia el escenario, si fuese estrictamente necesario, guardar el distanciamiento de 2 metros.
- ✓ No compartir nada con otra persona.
- ✓ Al emplear medios de transporte público, vehículo particular, moto, bicicleta, patineta, u otro, lávese bien las manos con agua y jabón, de no ser posible utilice alcohol glicerinado o gel antibacterial.
- ✓ Al usar mobiliario público como parques infantiles, gimnasios al aire libre, es recomendable que antes y después higienice la superficie con alcohol glicerinado o gel antibacterial.

3. CUIDADOS AL LLEGAR E INGRESAR AL ESCENARIO PARA EL ENTRENAMIENTO.

- ✓ Establecer un área de recepción e ingreso de los deportistas, entrenadores y personal de apoyo.
- ✓ Al escenario solo debe llevar lo estrictamente necesario e indispensable para su actividad deportiva.
- ✓ Guardar siempre el distanciamiento de 2 metros entre las personas a su alrededor, sobre todo al hacer la fila para el ingreso.
- ✓ No ingresar ningún elemento como bolsos, celulares, manos libres, lentes, alimentos; traer consigo únicamente los elementos necesarios para la actividad deportiva como toalla de mano y agua en termo marcado con su nombre, o en envase desechable el cual deberá depositar en la bolsa de basura a la hora de salir del escenario.
- ✓ Evitar hacer contacto con rejas, puertas, porterías, pasamanos, ventanas, sillas y demás, de hacerlo estrictamente necesario usar la mano no dominante para tocar objetos.
- ✓ Evitar el saludo de mano, puño, codo y cualquier otro contacto con las personas.
- ✓ Ingresar de manera ordenada y organizada, guardando la distancia de 2 metros.

	<p style="text-align: center;">INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTES DE VALLEDUPAR</p> <p style="text-align: center;">PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD</p>	Código: FT-TH-14
		Fecha: 31/12/2019
		Versión: 1.0
		Pág: 1-1

- ✓ Hacer el lavado de manos en el punto de desinfección, en el área de recepción al ingresar al escenario y secado con toallas desechables.
- ✓ Desinfectar las zapatillas en el tapete al ingresar al escenario.
- ✓ Estar atento a la toma de temperatura mediante termómetro infrarojo en el brazo o cuello, el cual se realizará a cada deportista al ingreso al escenario.
- ✓ Desinfección de elementos como balones y demás implementación deportiva, antes y al finalizar el entrenamiento.
- ✓ Atender las preguntas y recomendaciones del Gestor de Parques de manera disciplinada y organizada.
- ✓ Evitar tocarse la cara, ojos y fosas nasales.
- ✓ Deportistas, entrenadores y personal de apoyo deben tener presente la aplicación de la etiqueta respiratoria, que incluye cubrirse la nariz al toser o estornudar con el antebrazo o con un pañuelo de papel desechable y deshacerse de él inmediatamente tras usarlo. Abstenerse de tocarse la boca, la nariz y los ojos.
- ✓ Uso obligatorio del tapabocas, gestores de parques, deportistas, entrenadores y personal de apoyo deben usarlo permanentemente, manera correcta y adecuada cubriendo nariz, boca y hacia los laterales de la cara, en el entrenamiento, durante su permanencia del entrenamiento en el escenario deportivo y espacios públicos.
- ✓ Delimitar y demarcar la zona de entrenamientos en los escenarios grandes.

4. CUIDADOS Y ASPECTOS A TENER EN CUENTA DURANTE EL ENTRENAMIENTO.

- ✓ Solo podrá desarrollarse trabajo individual, no está autorizada ninguna actividad de ejercicio en grupo (no competencia recreativa ni competitiva).
- ✓ Desarrollarlos al aire libre.
- ✓ Los lugares cerrados para entrenamientos no están autorizados, siempre deben ser abiertos donde corra ventilación natural.
- ✓ En las canchas pequeñas inferiores a 1.200m² solo están autorizados 15 deportistas más 2 persona del cuerpo técnico y 1 encargado para el apoyo en la higiene.
- ✓ Uso autorizado de 6 balones.
- ✓ En las canchas grandes superiores a 2.400m² se dividirá en dos áreas de entrenamientos (norte y sur), en cada área solo están autorizados 25 deportistas más 3 personas del cuerpo técnico y 1 encargado para el apoyo en la higiene.
- ✓ Ninguna persona aparte del Gestor de Parques, deportistas, cuerpo técnico y apoyo de higiene debe estar dentro del escenario.
- ✓ Los elementos deben estar ubicados en una zona especial destinada para ellos.

	<p style="text-align: center;">INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTES DE VALLEDUPAR</p> <p style="text-align: center;">PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD</p>	Código: FT-TH-14
		Fecha: 31/12/2019
		Versión: 1.0
		Pág: 1-1

- ✓ Lavarse las manos con alcohol al inicio, media hora después y al finalizar el entrenamiento, el club es responsable.
- ✓ No intercambiar envases para tomar agua con otros compañeros.
- ✓ Uso obligatorio de tapabocas, Gestores de parques, deportistas, entrenadores y personal de apoyo deben usarlo permanentemente, manera correcta y adecuada cubriendo nariz, boca y hacia los laterales de la cara, en el entrenamiento, durante su permanencia del entrenamiento en el escenario deportivo y espacios públicos.
- ✓ La duración del entrenamiento será máximo de 1 hora para cada organización deportiva.
- ✓ Las distancias entre deportistas durante el entrenamiento será de 6 metros mínimo de distancia.
- ✓ No tener contacto con ninguna otra persona a una distancia mínimo de 2 metros.
- ✓ El entrenamiento debe realizarse a puerta cerrada, para evitar el ingreso de personal no autorizado.
- ✓ Se habilitara una sola puerta de ingreso y salida y se desinfectará en cada rutina.

5. CUIDADOS AL FINALIZAR EL ENTRENAMIENTO.

- ✓ Lavarse bien las manos a fondo usando un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón, por un tiempo mínimo de 40 segundos y secado con toallas desechables.
- ✓ Llevarse los elementos de uso personal utilizado, desechar en la bolsa de basura aquellos que no volverán a utilizar como envases y demás que considere es basura.
- ✓ Usar el tapabocas de al retirarse del entrenamiento.
- ✓ Uso de tapabocas, Gestores de parques, deportistas, entrenadores y personal de apoyo deben usarlo permanentemente, manera correcta y adecuada cubriendo nariz, boca y hacia los laterales de la cara, en el entrenamiento, espacios públicos, desde que sale de su domicilio.
- ✓ Mantener la distancia de 2 metros mínimo durante el desplazamiento para el retiro del escenario.
- ✓ Desinfectarse las zapatillas a retirarse del escenario.
- ✓ Evitar conversaciones innecesarias entre los deportistas.

6. CUIDADOS DESDE EL ENTRENAMIENTO A LA CASA.

	<p style="text-align: center;">INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTES DE VALLEDUPAR</p> <p style="text-align: center;">PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD</p>	Código: FT-TH-14
		Fecha: 31/12/2019
		Versión: 1.0
		Pág: 1-1

- ✓ Antes de salir, lavarse bien las manos a fondo usando un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón, por un tiempo mínimo de 40 segundos y secado con toallas desechables.
- ✓ Colocarse alcohol en gel y transportarlo en su bolso, para frotarse bien las manos, durante el desplazamiento.
- ✓ Uso del tapabocas de manera correcta y adecuada cubriendo nariz, boca y hacia los laterales de la cara, durante el desplazamiento a la casa.
- ✓ Retirar el calzado deportivo a la entrada y lave la suela con agua y jabón; y depositar en un lugar especial.
- ✓ Evitar saludar con beso, abrazos y dar la mano.
- ✓ Antes de tener contacto con los miembros de familia, vaciarse con abundante agua y jabón, y cambiarse de ropa.
- ✓ Mantener separada la ropa para la actividad deportiva, del resto de prendas personales.
- ✓ Lavar la ropa deportiva usada en la lavadora a más de 60 grados centígrados o a mano con agua caliente que no quemee las manos y jabón, y secar por completo. No reutilizar ropa sin antes lavarla.
- ✓ No sacudir las prendas de ropa antes de lavarlas para minimizar el riesgo de dispersión de virus a través del aire. Dejar que se sequen completamente.
- ✓ Mantener la casa ventilada, limpiar y desinfectar áreas, superficies y objetos de manera regular.
- ✓ Utilizar exclusivamente los espacios abiertos, restringiendo el espacio de áreas contemplativas, o espacios cerrados.
- ✓ Los espacios se utilizarán únicamente para la realización de actividad deportiva, (no se deben hacer reuniones o encuentros de familiares, amigos o encuentros deportivos).
- ✓ Mantener el aislamiento selectivo con distanciamiento individual responsable.
- ✓ Las personas que caminen también en línea recta, deben mantener una distancia de 5 metros, si no es posible, el usuario debe buscar una ubicación alternativa o salir del espacio.
- ✓ Se utilizarían las áreas de los parques bajo un control estricto, teniendo en cuenta el número de personas que pueden utilizar el espacio por metro cuadrado.
- ✓ Las actividades estarían enfocadas única y exclusivamente al retorno de la práctica deportiva recreativa de las siguientes modalidades deportivas objeto del presente protocolo.
- ✓ Volumen de la práctica deportiva: Intensidad y duración: Propender por el auto monitoreo de la intensidad de la práctica deportiva, prefiriendo las prácticas de intensidad moderada que son las que más beneficio proveen sobre el sistema

	<p style="text-align: center;">INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTES DE VALLEDUPAR</p> <p style="text-align: center;">PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD</p>	Código: FT-TH-14
		Fecha: 31/12/2019
		Versión: 1.0
		Pág: 1-1

inmune. Prácticas vigorosas pueden impactar el sistema de defensas del organismo. Se ha sugerido que el entrenamiento prolongado y extenuante se asocia con una depresión temporal del sistema inmunitario que dura horas o días. Un enfoque conservador sería aconsejar a los participantes limiten las sesiones de entrenamiento y retomen la práctica de manera gradual y progresiva según su situación actual de salud y su condición física.

- ✓ Todas las personas con algún tipo de enfermedad crónica asociada (enfermedades cardiovasculares: angina, infarto, falla cardiaca; Enfermedades pulmonares: asma, EPOC; Obesidad, diabetes, hipertensión arterial, tabaquismo, cáncer; personas inmunosuprimidas) deben continuar con su actividad física en casa y seguir las recomendaciones de su médico tratante para dar apertura de alguna otra actividad física o deportiva adicional según el estado y control de su patología de base.
- ✓ Todas las personas con síntomas respiratorios agudos, como tos, fiebre, estornudos. Dolor de garganta a en contacto con otras personas con estos síntomas) no deben retornar a la práctica deportiva, deben mantener el lavado de manos, el use permanente del tapabocas y el aislamiento físico y reportar la sintomatología a su entidad prestadora de servirlos de salud.
- ✓ Al tener dudas sobre la seguridad del ejercicio, ya sea por experiencia propia par indicación de un médico o por cualquier otra razón que le impida hacer ejercicio sin supervisión médica, se recomienda realizar su actividad cotidiana en casa, evitando posturas sentado mayares a 2 horas, camine par su casa constantemente y en la próxima consulta preguntar a su médico los ajustes a realizar en su ejercicio según su condición particular.

1. ACTIVIDADES DE OBLIGATORIO CUMPLIMIENTO PARA GESTORES DE PARQUES COMO ADMINISTRADORES DE ESCENARIOS DEPORTIVOS Y PARQUES RECREATIVOS:

Horario de funcionamiento de los escenarios.

Por disposición de la Dirección del Instituto Municipal de Deporte y Recreación de Valledupar – INDUPAL, se ha establecido que los escenarios cerrados como canchas sintéticas funcionaran para su apertura desde el día Lunes hasta el Sábado, desde las 5:00Am a 11:00Am y de 3:00Pm hasta las 8:00Pm que es el cierre, única y exclusivamente para trabajo individual, por ningún motivo se utilizaran para trabajo en grupo o competencias deportivas.

	<p style="text-align: center;">INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTES DE VALLEDUPAR</p> <p style="text-align: center;">PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD</p>	Código: FT-TH-14
		Fecha: 31/12/2019
		Versión: 1.0
		Pág: 1-1

Los escenarios estarán disponibles de manera organizada durante 1 hora para cada club deportivo usando un solo espacio, hecho este que deberá ser coordinado y autorizado con la Administración de Parques de INDUPAL.

Los escenarios donde existan camerinos no estarán en servicio, solo se dispondrán los baños públicos en horario de entrenamiento.

Lavado de Manos.

- ✓ Dotar los baños de manera constante y suficiente de papel higiénico, agua potable, dispensador de jabón antibacterial y toallas desechables para el lavado de manos. No podrá haber más de una persona en el baño.
- ✓ Disponer de alcohol glicerinado mínimo al 60% en lugares de acceso fácil y frecuente por parte de las personas que acuden a la práctica de actividad física.
- ✓ Garantizar el lavado de manos al ingreso al escenario deportivo.
- ✓ Disponer avisos en los que se promueva el lavado frecuente y concienzudo de manos entre deportistas y todos los usuarios de los parques y escenarios.
- ✓ Intensificar las acciones de información, educación y comunicación para el desarrollo de esta actividad.
- ✓ Colocar en los puntos de lavado de manos, afiches con la información sobre el correcto lavado de manos.

Distanciamiento Físico.

- ✓ Habilitar varios espacios en cada área. Para estos efectos, las personas circulantes mantendrán las distancias de protección de 2 metros.
- ✓ Establecer un área de recepción y de ingresos de usuarios.
- ✓ No permitir la aglomeración de deportistas dentro del escenario, el cual deben estar a una distancia de mínimo 6 metros durante el entrenamiento.
- ✓ Controlar el aforo de los participantes al área designada para la realización de la actividad deportiva.
- ✓ Informar a los deportistas, entrenadores, personal de apoyo y usuarios de los parques que no pueden reunirse en grupos, solo se permite la actividad deportiva al aire libre e individual.

Elementos de Protección Personal – EPP.

- ✓ Garantizar la incorporación de los elementos de protección personal indicados para la prevención del COVID-19 (tapabocas, toallas desechables y alcohol


	<p style="text-align: center;">INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTES DE VALLEDUPAR</p> <p style="text-align: center;">PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD</p>	Código: FT-TH-14
		Fecha: 31/12/2019
		Versión: 1.0
		Pág: 1-1

glicerinado mínimo al 60%), igualmente motivar a la ciudadanía a su uso de manera continua, así como vigilar y reportar anomalías.

- ✓ Informar a los deportistas recreativos, entrenadores y personal de apoyo, las recomendaciones de uso eficiente de los EPP, como el tapabocas y el lavado de manos.

Limpieza y Desinfección.

- ✓ Desarrollar e implementar un protocolo de limpieza y mantenimiento de las zonas o escenarios deportivos para el retorno a la práctica de deportistas que define el procedimiento, la frecuencia, los insumos, el personal responsable, elementos de protección, entre otros, teniendo como referencia los protocolos definidos para el Ministerio de Salud y Protección Social y el Ministerio del Trabajo.
- ✓ Incrementar las frecuencias de limpieza y desinfección de las áreas destinadas para la ejecución de la práctica deportiva individual y recreativa relacionada con posibles zonas destinadas para este fin: zonas demarcadas, canchas o calles barriales. El resto de elementos disponibles como mobiliarios, parques infantiles, sillas o cualquier otro elemento con los cuáles las personas tienen contacto constante y directo NO serán usados para la práctica, estará prohibido su uso, sin embargo se recomienda la desinfección.
- ✓ Establecer un procedimiento de limpieza y desinfección diario, previo a la apertura del horario de entrenamientos y posterior al cierre del horario incluye zonas comunes y mobiliario, con productos de desinfección de uso doméstico o industrial teniendo en cuenta los siguientes aspectos para la desinfección:
 - ✓ Rejas.
 - ✓ Puertas.
 - ✓ Baños.
 - ✓ Pasamanos.
 - ✓ Torniquetes.
 - ✓ Cinturones de seguridad.
 - ✓ Mostradores.
 - ✓ Manijas de puertas.
 - ✓ Ventanas.
 - ✓ Bancas de asistencia técnica.
 - ✓ Porterías.
 - ✓ Elementos de trabajo como balones y demás.
 - ✓ Gimnasios al aire libre.
 - ✓ Juegos infantiles.

	<p style="text-align: center;">INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTES DE VALLEDUPAR</p> <p style="text-align: center;">PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD</p>	Código: FT-TH-14
		Fecha: 31/12/2019
		Versión: 1.0
		Pág: 1-1

- ✓ Realizar control de manejo de basuras para evitar la contaminación.
- ✓ Diligenciamiento de fichas técnicas e instructivos (idealmente digitales) sobre los procesos de limpieza y desinfección.
- ✓ Garantizar que el proceso de limpieza y desinfección se realice de manera segura y con los elementos necesarios dependiendo de las áreas o de las zonas.
- ✓ Los pisos se deben lavar con un detergente común, para luego desinfectar con los desinfectantes entre los que se recomienda el hipoclorito y dejarlo en contacto con las superficies de 5 a 10 minutos y después retirar, o también se puede utilizar dicloroisocianurato de sodio diluyéndolo de acuerdo a lo recomendado para el fabricante, entre otros.
- ✓ Realizar las actividades de seguimiento y monitoreo a través de registros e inspecciones.
- ✓ Realizar retroalimentación al personal de usuarios de los parques y escenarios deportivos.
- ✓ Insumos empleados para realizar la actividad (escobas traperos, trapos, esponjas, estropajos, baldes).
- ✓ Insumos químicos empleados, especificando dosis y naturaleza química del producto: desinfectantes, aromatizantes, desengrasantes, jabones o detergentes.

Procedimiento para la realización de la Desinfección y Limpieza de las Zonas?

- ✓ El personal que realice el procedimiento de limpieza y desinfección debe utilizar los elementos de protección personal (usar guantes, delantal y tapabocas).
- ✓ Realizar la limpieza de áreas y superficies retirando el polvo y la suciedad, con el fin de lograr una desinfección efectiva.
- ✓ Los elementos utilizados para realizar la limpieza y desinfección deben estar limpios.
- ✓ El personal de limpieza debe lavar sus manos antes y después de realizar las tareas de limpieza y desinfección, así mismo se deben utilizar guantes y seguir las recomendaciones del fabricante de los insumos a utilizar.
- ✓ Garantizar que el proceso de limpieza y desinfección se realice de manera segura y con los elementos necesarios dependiendo de las áreas.
- ✓ Elimine los guantes y paños en una papelera después de usarlos, si sus guantes son reutilizables, antes de quitárselos lave el exterior con el mismo desinfectante limpio con que realice la desinfección de superficies, déjelos secar en un lugar ventilado.

	<p style="text-align: center;">INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTES DE VALLEDUPAR</p> <p style="text-align: center;">PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD</p>	Código: FT-TH-14
		Fecha: 31/12/2019
		Versión: 1.0
		Pág: 1-1

- ✓ Utilizar desinfectantes a alcohol al 70% para la limpieza de los objetos, superficies y materiales de uso constante; así como cualquier otro objeto sobre el que se estornude o tosa.
- ✓ Manejo de Residuos.
- ✓ Ubicar contenedores y bolsas suficientes para la disposición de la basura (bolsa negra).
- ✓ Realizar la recolección de la basura permanentemente y disponerle para su recolección.
- ✓ Realizar la limpieza y desinfección de las canecas.
- ✓ Garantizar los elementos de protección al personal que realice esta actividad.
- ✓ Prevención y manejo de situaciones de riesgo de contagio los deportistas recreativos, entrenadores y personal de apoyo.
- ✓ Para la prevención del contagio de la COVID-19 durante la práctica deportiva, se debe propender que todas las personas involucradas desde la implementación, control, seguridad, limpieza y participación sigan las medidas de protección.
- ✓ Prevención en los entrenadores, personal de apoyo e implementadores: es necesario conocer la organización, el proceso, las tareas, procedimientos, equipos de trabajo, tiempo de exposición (jornadas o turnos de trabajo), característica del trabajador (estado de salud, edad, sexo). Esta información permite evidenciar las características proclives a la exposición al contagio relacionadas con la labor a desempeñar.
- ✓ Se debe proveer los mecanismos mediante los cuales no se dé la diseminación ni transmisión indirecta del virus, a través de elementos contaminados (superficies, elementos de protección personal, agua, alimentos, productos biológicos, sangre). Y garantizar estrategias que limiten la transmisión directa, a través del contacto.
- ✓ Los deportistas recreativos, propender por el uso adecuado de elementos de protección personal y seguimiento e implementación juiciosa de las medidas citadas dentro de este documento mediante la disciplina y conciencia social.

Medidas de vigilancia de la salud de los Gestores de Parques en el contexto del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo SG-SST.

Los gestores de parques que laboran en los escenarios y parques deportivos y recreativos deben:

- ✓ Asegurar que se cumplan las disposiciones y recomendaciones de las autoridades de salud en Relación a la prevención del contagio por COVID-19, previsto en el presente protocolo.

	INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTES DE VALLEDUPAR PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD	Código: FT-TH-14
		Fecha: 31/12/2019
		Versión: 1.0
		Pág: 1-1

- ✓ Establecer un sistema de verificación para el control (Preferiblemente digital), en el que cada usuario, registren todas las personas que frecuenten el escenario, indicando: Fecha, lugar, nombre de personas a número de personas con las que se ha tenido contacto, en Los Últimos 10 días y a partir del primer momento de notificación, cada día.
- ✓ No permitir el acaparamiento a las instalaciones, de personas que presenten síntomas de gripa ni cuadros de fiebre mayor o igual a 38°C.
- ✓ Fomentar el autocuidado, especialmente el monitoreo de temperatura corporal y de síntomas respiratorios por parte de los usuarios.
- ✓ Antes de iniciar y al terminar labores, realizar el protocolo de lavado de manos.
- ✓ Establecer canales de información para que los usuarios informen cualquier sospecha de síntoma o contacto con personas diagnosticadas con COVID-19.
- ✓ Las organizaciones deportivas deben contar con un censo actualizado de los deportistas que viven con personas mayores a 70 años o con personas con morbilidades preexistentes susceptibles a los efectos del contagio de COVID-19 entre ellas: (Diabetes, Enfermedad cardiovascular, incluye Hipertensión arterial-HTA y Accidente Cerebrovascular - ACV, VIH, Cáncer, Uso de corticoides o inmunosupresores, Enfermedad Obstructiva crónica -EPOC , Mal nutrición - (obesidad y desnutrición, Fumadores) para lo cual se recomienda mantener control médico actualizada y personas que conviven con personas que presten servicios de salud.
- ✓ Se debe desarrollar un proceso diario de monitoreo de estado de salud y temperatura de los usuarios de los escenarios.
- ✓ Instruir a los deportistas y usuarios en la aplicación de la etiqueta respiratoria, que incluye cubrirse la nariz al toser o estornudar con el antebrazo o con un pañuelo de papel desechable y deshacerse de él inmediatamente tras usarlo. Abstenerse de tocarse la boca, la nariz y los ojos.
- ✓ Difundir a los deportistas, entrenadores, demás personal de apoyo y usuarios la información sobre generalidades y directrices impartidas por las sectoriales municipales, en relación con los síntomas de alarma, lineamientos y protocolos para la preparación y respuesta ante la presencia del COVID-19 en el territorio nacional.
- ✓ Manejo de situaciones de riesgo para talento humano del sector deporte y recreación que apoya la medida de retorno a la práctica de deportistas recreativos.
- ✓ Informar inmediatamente sobre cualquier eventualidad de salud que se presente dentro de los deportistas, entrenadores, demás personal de apoyo y usuarios que informaron de síntomas de mi estado de salud.
- ✓ Procurar la rápida identificación y aislamiento de individuos potencialmente.

	<p style="text-align: center;">INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTES DE VALLEDUPAR</p> <p style="text-align: center;">PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD</p>	Código: FT-TH-14
		Fecha: 31/12/2019
		Versión: 1.0
		Pág: 1-1

- ✓ Por ningún motivo ningún trabajador o deportista recreativo que experimente síntomas respiratorios en casa, debe salir de ella Inmediatamente debe informar a la EPS en las líneas de atención que esta disponga para que ande el protocolo estipulado por el Ministerio de Salud y Protección Social.

Plan de Comunicaciones.

Establecer e implementar mecanismos de comunicación claros y oportunos de la información relacionado con la bioseguridad y el distanciamiento físico, esta información se generara de acceso en forma remota y presencial, donde constantemente se esté recordando las medidas de prevención del contagio, respeto por los protocolos de bioseguridad, a todos los deportistas, entrenadores, personal de apoyo y usuarios, estableciendo piezas de comunicación claras y suficientemente visibles indicando las áreas prohibidas, inhabilitad y autorizadas para el uso, puntos de desinfección, rutas de flujo del personal y usuarios, medidas de protección y autocuidado, protocolos, etc.

7. PRECAUCIONES QUE SE PUEDEN ADOPTAR PARA REDUCIR LA PROBABILIDAD DE CONTRAER O PROPAGAR LA COVID-19.

- ✓ Lávese las manos a fondo y con frecuencia usando un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón:

¿Por qué? Lavarse las manos con agua y jabón o con un desinfectante a base de alcohol mata los virus que pueda haber en sus manos.

- ✓ Mantenga una distancia mínima de un metro entre usted y los demás:

¿Por qué? Cuando alguien tose, estornuda o habla despiden por la nariz o la boca unas gotículas de líquido que pueden contener el virus. Si la persona que tose, estornuda o habla tiene la enfermedad y usted está demasiado cerca de ella, puede respirar las gotículas y con ellas el virus de la COVID-19.

- ✓ Evite ir a lugares concurridos:

¿Por qué? Cuando hay aglomeraciones, hay más probabilidades de que entre en contacto estrecho con alguien que tenga COVID-19 y es más difícil mantener una distancia física de un metro.

	<p style="text-align: center;">INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTES DE VALLEDUPAR</p> <p style="text-align: center;">PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD</p>	Código: FT-TH-14
		Fecha: 31/12/2019
		Versión: 1.0
		Pág: 1-1

- ✓ Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca:

¿Por qué? Las manos tocan muchas superficies y pueden recoger virus. Una vez contaminadas, las manos pueden transferir el virus a los ojos, la nariz o la boca. Desde allí, el virus puede entrar en su cuerpo y causarle la enfermedad.

- ✓ Tanto usted como las personas que lo rodean deben asegurarse de mantener una buena higiene respiratoria. Eso significa cubrirse la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo al toser o estornudar. Deseche de inmediato el pañuelo usado y lávese las manos:

¿Por qué? Los virus se propagan a través de las gotículas. Al mantener una buena higiene respiratoria protege a las personas que lo rodean de virus como los del resfriado, la gripe y la COVID-19.

- ✓ Permanezca en casa y aíslese incluso si presenta síntomas leves como tos, dolor de cabeza y fiebre ligera hasta que se recupere. Pida a alguien que le traiga las provisiones. Si tiene que salir de casa, póngase una mascarilla para no infectar a otras personas:

¿Por qué? Evitar el contacto con otras personas las protegerá de posibles infecciones por el virus de la COVID-19 u otros.

- ✓ Si tiene fiebre, tos y dificultad para respirar, busque atención médica, pero en la medida de lo posible llame por teléfono con antelación y siga las indicaciones de la autoridad sanitaria local:

¿Por qué? Las autoridades nacionales y locales dispondrán de la información más actualizada sobre la situación en su zona. Llamar con antelación permitirá que su dispensador de atención de salud le dirija rápidamente hacia el centro de salud adecuado. Esto también lo protegerá a usted y ayudará a prevenir la propagación de virus y otras infecciones.

- ✓ Manténgase informado sobre las últimas novedades a partir de fuentes fiables, como la OMS o las autoridades sanitarias locales y nacionales:

¿Por qué? Las autoridades locales y nacionales son los interlocutores más indicados para dar consejos sobre lo que deben hacer las personas de su zona para protegerse.

8. DISEÑO DISTRIBUCIÓN DE ENTRENAMIENTO EN EL ESCENARIO:



**ENTRENAMIENTO INDIVIDUAL
CANCHAS SINTETICAS DE FUTBOL GRANDES
SUPERIOR A 2.400m²**



Area de ubicación de elementos de entrenamientos

	<p style="text-align: center;">INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTES DE VALLEDUPAR</p> <p style="text-align: center;">PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD</p>	Código: FT-TH-14
		Fecha: 31/12/2019
		Versión: 1.0
		Pág: 1-1

RELACION DE PARQUES CON ESCENARIO DEPORTIVO SINTETICO: AFORO

N°.	LISTADO DE PARQUES	N°. Deportistas por Cancha
1	Los Mayales	25 C/Mitad
2	Los Milagros	25 C/Mitad
3	Villa Miriam	25 C/Mitad
4	Panama	25 C/Mitad
5	Mariangola	25 C/Mitad
6	Paramo-Mareigua	25 C/Mitad
7	Don Alberto	25 C/Mitad
8	Villa Dariana	25 C/Mitad
9	12 de Octubre (Futbol grande)	25 C/Mitad
10	12 de Octubre (Maracana)	15
11	Los Algarrobillos	15 C/U
12	San Martin	15
13	Villa Castro	15
14	La Victoria	15
15	Don Carmelo	15
16	Los Cortijos	15
17	El Viajero	15
18	Casimiro Maestre	15
19	Villa Jaidith-Chiriqui	15
20	La Popa	15
21	Los Venados	15
22	Patillal	15
23	Jose Antonio Galán	15
24	Altos de Comfacesar	15
25	Bello Horizonte - Parque de los Niños	15
26	La Provincia	15

ANEXOS: IMÁGENES DE INSTRUCCIÓN Y PREVENCIÓN COVID-19





TECNICA DE LAVADOS DE MANOS



LAVATUS MANOS

Aviso preventivo



-  Después de toser o Estornudar.
-  Cuando cuidas a alguien enfermo.
-  Antes y después de cada comida.
-  Después de utilizar el baño.
-  Cuando las manos están visiblemente sucias.
-  Después de tocar animales o desechos de animales.

USO CORRECTO DEL TAPABOCAS:

IMPORTANTE!!!

Los tapabocas mal usados pueden ser riesgosos y fuente de contagio por lo que recomendamos:

- 

1 Lávese muy bien las manos con agua y jabón.
- 

2 Ponga el tapabocas cubriendo boca y nariz y no lo vuelva a tocar hasta que se lo vaya a retirar.
- 

3 Retire el tapabocas de los elásticos.
- 

4 Lávese muy bien las manos con agua y jabón.
- 

5 Deseche el tapabocas en bolsas de basura, no los arroje en otros lugares.
- 

6 Los tapabocas desechables no deben ser reusados y deben ser cambiados por lo menos cada 8 horas en personas sanas.
- 

7 Los tapabocas de tela deben ser lavados antes de cada uso.
- 

8 Los tapabocas son individuales.

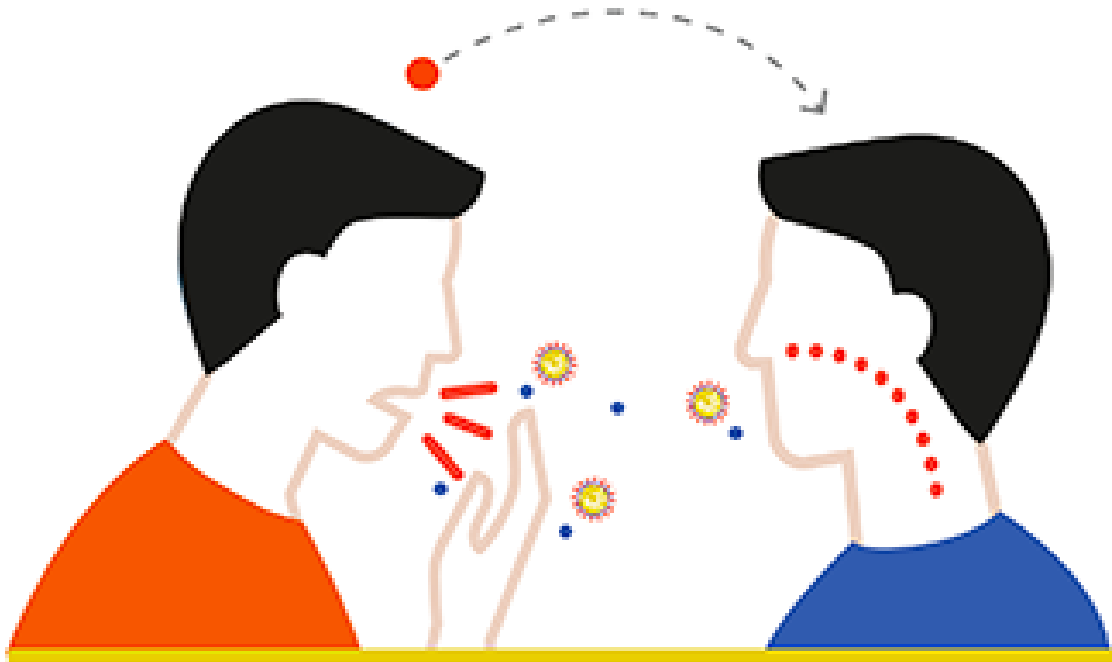
Los elementos **deben ser usados de manera responsable** para evitar el desabastecimiento.

El uso de tapabocas **no reemplazan las medidas** que consideramos **las más efectivas** para prevenir el contagio (**lavado de manos y aislamiento social**).

Autores:
Néstor C. Castiblanco A.
Oscar J. Vergara E.
Escuela de enfermería



NO USAR TAPABOCAS PRODUCE INHALACIÓN DEL VIRUS:



RECUERDA

ASÍ PUEDES PREVENIRTE DEL CORONAVIRUS

SÓN UNA EXTENSA FAMILIA DE VIRUS: SUELEN AFECTAR LAS VÍAS RESPIRATORIAS EN HUMANOS

SÍNTOMAS

FIEBRE
DIFICULTAD AL RESPIRAR
TOS
FATIGA

LÁVATE LAS MANOS
Con frecuencia utiliza agua y jabón durante 20 segundos.

EVITA TOCARTE LOS OJOS, LA NARIZ Y LA BOCA CON LAS MANOS SIN LAVAR.

LIMPIA Y DESINFECTA
Objetos que toques con frecuencia.

CUBRE TU TOS O ESTORNIDOS
al estornudar con la parte interior de tu codo o en un pañuelo.

SÍ TIENES SÍNTOMAS
Consulta a tu médico.

EL CUORONAMARCA LE CERRAMOS LA PUERTA AL Coronavírus COVID-19 en 3 PASOS

1. Lávate las manos con agua y jabón

2. Tose o estornuda en el antebrazo.

3. Evita el contacto directo, no saludes de beso, de mano o con abrazos.

NO ENTRAN VIRUS

PROTECCIÓN A OTROS DE ENFERMARSE

CORONAVIRUS (COVID - 19)



**Al toser y estornudar,
CUBRE TU BOCA Y NARIZ
con la cara interna del codo
o un pañuelo desechable.**



**Lava tus manos con agua y jabón o
límpialas con un gel a base de
alcohol después de toser o
estornudar y cuando cuidas a otros.**

AVISOS PARA TENER EN CUENTA Y SOCIALIZARLOS



**LÁVESE
LAS MANOS**
MÍNIMO 20 SEGUNDOS.





INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y
DEPORTES DE VALLEDUPAR

PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD

Código: FT-TH-14

Fecha: 31/12/2019

Versión: 1.0

Pág: 1-1



**USO OBLIGATORIO
DE TAPABOCAS**



INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y
DEPORTES DE VALLEDUPAR

PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD

Código: FT-TH-14

Fecha: 31/12/2019

Versión: 1.0

Pág: 1-1

¡CONSERVE LA DISTANCIA!

Conservar la distancia
Es por su seguridad y la de todos.



**LIMPIEZA Y
DESINFECCIÓN**

INDUMENTARIA, DOTACIÓN, CALZADO.



INSTRUCCIONES DE LIMPIEZA DE MANOS



**Mójese las manos
con agua**



**Aplique jabón y frote
las manos durante
20 o 30 segundos**



**Enjuáguese las manos
con agua**



**Sequese las manos con
toalla de papel**



**Tire la toalla de papel
a la basura**



STOP
Desinfectese
las manos



INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y
DEPORTES DE VALLEDUPAR

PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD

Código: FT-TH-14

Fecha: 31/12/2019

Versión: 1.0

Pág: 1-1



	<p>INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTES DE VALLEDUPAR</p> <p>PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD</p>	Código: FT-TH-14
		Fecha: 31/12/2019
		Versión: 1.0
		Pág: 1-1



El presente documento se utilizara para la implementación del Protocolo de Bioseguridad adaptado De la Resolución 666 del 24 Abril del 2020, , por medio de la cual se adopta el Protocolo de bioseguridad para el manejo y control del riesgo del Coronavirus COVID-19

JAILER PEREZ GARCIA
 Director General INDUPAL

MAYRA ALEXANDDRA GONZALEZ DAZA
 P.U. Planeación y Talento Humano INDUPAL

Revisó: Mayra González Planeación y Talento Humano
 Marlonis Sierra Vidal, Jefe Oficina Deportes – INDUPAL
 Proyectó: Patsy Bustos Contratista SST
 Elaboró. Ricardo Arzuaga Salazar Administración de Parques y Escenarios Deportivos – INDUPAL.