



## **PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD CORPORACION AMIGOS DEL BMX DE ANTIOQUIA**

### **OBJETIVO:**

Orientar a los empleados, contratistas, visitantes y demás partes interesadas acerca de la estrategia definida por LA CORPORACIÓN AMIGOS DEL BMX DE ANTIOQUIA para la prevención del COVID-19 para la promoción en la campaña preventiva, minimizando los factores que pueden generar la transmisión de esta enfermedad dentro de nuestros espacios de trabajo y en nuestros ambientes laborales.

### **MEDIDAS DE BIOSEGURIDAD PARA LOS TRABAJADORES:**

La expresión trabajador en este protocolo se entenderá también incluidos a las personas de trabajo asociado, afiliados y contratistas.

### **ESTRATEGIA DE PREVENCIÓN Y MITIGACIÓN**

En LA CORPORACIÓN AMIGOS DEL BMX DE ANTIOQUIA es prioridad el bienestar, salud y seguridad de todos nuestros empleados, contratistas, deportistas y demás partes interesadas, por tal razón hemos diseñado una estrategia completa de campañas informativas a toda nuestra población por nuestros medios de comunicación virtuales y en nuestras carteleras físicas dentro del establecimiento de autocuidado y actividades de prevención. También garantizamos la correcta circulación del aire en el espacio de trabajo evitando el uso de aire acondicionado o ventiladores en las instalaciones.

### **MEDIDAS GENERALES:**

- Lavado de manos
- Distanciamiento Físico
- Entrega de elementos de protección personal (EPP) y Suministro de casilleros para evitar que la ropa de calle se ponga en contacto con la ropa de trabajo y sus instalaciones
- Medidas de prevención antes de ingresar a iniciar labores
- Instalación de tapete de desinfección de calzado antes de ingresar a la oficina

**CORPORACIÓN AMIGOS DEL BMX DE ANTIOQUIA**

**NIT: 811.031.766-8**

**Teléfono 2658027**

**Calle 30 A # 66 B – 61**



- Seguimiento al personal para identificación oportuna de infección e Información inmediata a las entidades correspondientes.
- Manejo de horarios para fortalecer la prevención
- Procesos de limpieza y desinfección de elementos e insumos de uso habitual, superficies y equipos de uso frecuente.
- Manejo de plan de comunicaciones.

### **LAVADO DE MANO**

- Todos los trabajadores deberán realizar el protocolo de lavado de manos antes de ingresar, después de entrar en contacto con superficies que hayan podido ser contaminadas por otra persona, después de ir al baño, manipular dinero, antes y después de comer. El lavado de manos se deberá realizar con una frecuencia no mayor a 3 horas y el contacto con el jabón debe ser de 20 a 30 segundos.
- Instalar dispensadores de alcohol glicerinado o gel antibacterial en lugares de acceso fácil y frecuente para el uso de trabajadores y usuarios de la actividad

### **DISTANCIAMIENTO FÍSICO**

- Los trabajadores deben permanecer al menos a (1.5) metros de distancia entre los puestos de trabajo evitando contacto directo
- Se pedirá asistencia técnica a la ARL a la cual con el fin de organizar y optimizar la ubicación de los puestos de trabajo y disminuir el riesgo de transmisión.
- El personal de aseo y seguridad también mantendrán las mismas distancias de protección.
- controlaremos el aforo de las personas que ingresen a nuestro lugar de trabajo demarcando la distancia que deben tener y permitiendo que solo ingresen 3 personas solo en caso de ser necesario.

### **ENTREGA DE EPP**

LA CORPORACIÓN AMIGOS DEL BMX DE ANTIOQUIA entregara un kit individual con los elementos de protección personal (EPP) como gel antibacterial, tapabocas, careta de protección facial y guantes de nitrilo siliconado para todos nuestros empleados garantizando su disponibilidad y recambio. Los EPP no desechables deberán ser lavados y desinfectados con la frecuencia requerida sin dejar de recordar que **son de uso personal**. Ningún trabajador deberá usar la dotación o EPP utilizados en la actividad laboral por fuera de las instalaciones. Contaran con un casillero para dejar allí la ropa con la cual

**CORPORACIÓN AMIGOS DEL BMX DE ANTIOQUIA**

**NIT: 811.031.766-8**

**Teléfono 2658027**

**Calle 30 A # 66 B – 61**



vienen de sus casas y se dispondrá de bolsas para guardar la ropa de trabajo y posterior lavado al terminar la jornada.

#### **ANTES DE INGRESAR A INICIAR LABORES**

Antes de ingresar a las instalaciones o iniciar labores y durante la jornada laboral, realizar el protocolo de lavado de manos, desinfección del calzado. Los trabajadores que ingresan al turno deben pasar luego hacia un espacio dispuesto para dejar su ropa en un casillero. Allí también deben retirar sus joyas, relojes y accesorios de cualquier tipo, que puedan convertirse en riesgo para la transmisión del virus y se destinará un área para que el personal guarde bicicletas, cascos de motocicleta, bicicleta y otros elementos similares.

#### **SEGUIMIENTO DIARIO A EMPLEADOS**

Tendremos un proceso diario de monitoreo en temperatura del personal realizado a su ingreso utilizando termómetro láser, se hará un seguimiento digital de estado de salud donde cada empleado o persona que preste sus servicios a nuestra empresa deberán reportar a su jefe inmediato o persona a cargo, y dejar registrado todas las personas y lugares visitados dentro y fuera del lugar de trabajo, indicando: fecha, Lugar, nombre de personas o número de personas con las que se ha tenido contacto en los últimos 10 días y a partir del primer laborado se realizara cada día este seguimiento.

Se explicará a cada empleado que en caso de sentirse mal o tener algún síntoma relacionado con este virus como (fiebre o síntomas respiratorios o GI) notifique y se queden en casa como un aislamiento preventivo.

En caso de un trabajador sospechoso se realizará el reporte a la EPS y la ARL POSITIVA al correo [reportecasosCOVID@positiva.gov.co](mailto:reportecasosCOVID@positiva.gov.co)

#### **MANEJO DE HORARIOS**

Se implementarán jornadas flexibles laborales con el fin de evitar mayor contacto en el sitio de trabajo y en el transporte público, con una implementación de turnos de entrada y salida que constaran de 5 horas presenciales y 3 horas virtuales y cuando se requieran reuniones mayores a 10 personas, para reducir el contacto dentro de la empresa se realizará de manera virtual.

**CORPORACIÓN AMIGOS DEL BMX DE ANTIOQUIA**

**NIT: 811.031.766-8**

**Teléfono 2658027**

**Calle 30 A # 66 B – 61**



## **PROCESO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN**

Por parte del personal de aseo se establecerá la desinfección diaria previa a la apertura de nuestra oficina, así mismo se determina una frecuencia de limpieza y desinfección del área de trabajo como pisos, paredes, puertas, ventanas, computadores, teléfonos, muebles, sillas, y todos aquellos elementos con los cuales las personas tienen contacto constante y directo, esto incluye las zonas comunes, tendremos un lugar específico debidamente separado cubierto para los insumos con los cuales se realizan las actividades de limpieza como (escobas, traperos, trapos, esponjas, estropajos, baldes) los cuales contarán con la correcta desinfección. Siempre que el personal a cargo de las labores de limpieza y desinfección termine sus labores, deberá incluir, el procedimiento de higiene de manos.

## **PLAN DE COMUNICACIONES**

Contamos con un plan de comunicaciones de prevención y mitigación del Covid-19 donde se divulga la información correspondiente a toda nuestra población como personal de trabajo, entrenadores, deportistas, entre otros, instalaremos recordatorios de la técnica del lavado de manos en las zonas en las cuales se realiza esta actividad, información dada por el Ministerio de Salud y Protección Social en relación con los síntomas de alarma, lineamientos y protocolos para la preparación, respuesta y atención ante la presencia del virus en nuestro municipio.

Brindaremos mensajes continuos a nuestro personal, deportistas y demás afiliados de autocuidado y las pausas activas para desinfección reiterando a todo el personal, la importancia de lavarse las manos constantemente y del distanciamiento social, y el uso del tapabocas. Usaremos mecanismos de información al usuario de forma visible en nuestras carteleras con afiches y también en nuestras redes sociales, sobre las medidas de prevención y atención. Mensajes por nuestro sonido y alarmas internas que nos recuerde el lavado de manos.

## **RETORNO A ENTRENAMIENTOS DE DEPORTISTAS DE ALTO RENDIMIENTO SEGÚN RESOLUCIÓN 991 DEL 17 DE JUNIO DE 2020**

### **PROTOCOLO PARA RETORNO A ENTRENAMIENTOS DE BMX**

#### **COMISION ANTIOQUEÑA DE BMX**

**CORPORACIÓN AMIGOS DEL BMX DE ANTIOQUIA**

**NIT: 811.031.766-8**

**Teléfono 2658027**

**Calle 30 A # 66 B – 61**



Los atletas de alto rendimiento son personas que se dedican al deporte en un proceso sistemático orientado por un plan de entrenamiento exhaustivo que los ha llevado a alcanzar logros internacionales que los escalafonan como tales. Para este fin deben conseguir una carrera deportiva basada en condiciones físicas, técnicas, tácticas y psicológicas, las cuales se pierden muy fácilmente en periodos de reposo deportivo prolongado. Durante el periodo de aislamiento obligatorio decretado por el gobierno nacional nuestros deportistas se han visto expuestos a un periodo de desacondicionamiento originado por la imposibilidad de realizar sus entrenamientos y competencias planificadas.

De acuerdo con la evolución del manejo de la pandemia por parte del gobierno nacional, se ha considerado que es el momento de reiniciar las actividades de entrenamiento de alto rendimiento, partiendo del principio que la reanudación de estas no debe comprometer la salud de los atletas, sus familias o la comunidad y que la reactivación deportiva no influya en el riesgo de aumentar las tasas de transmisión local de COVID-19.

Según la resolución 991 del 17 de junio de 2020, El retorno al entrenamiento permitirá a los deportistas iniciar un nuevo plan de entrenamiento orientado a los objetivos que quedaron pendientes al ser suspendidas todas las competencias. Es necesario que logren retomar a la forma deportiva progresivamente y en consonancia con la evolución de la pandemia en Colombia, según esta resolución, se permitirá que los deportistas, entrenadores y demás personas a cargo del alto rendimiento en el país, puedan reactivar.

1. OBJETO: Retomar los entrenamientos del BMX de los deportistas de alto rendimiento que participa de nuestra disciplina sobre las medidas necesarias de desarrollar estrategias de prevención, protección personal, distanciamiento físico y protocolos de desinfección para lograr este reinicio deportivo ante la pandemia que estamos atravesando, así minimizar los riesgos de contagio del COVID 19 en los entrenamientos de BMX en el departamento de Antioquia.
2. ALCANCE: Deportistas de BMX mayor de 18 años, entrenadores, directivos, personal administrativo, que fueron establecidos por el Ministerio del Deporte para el retorno al entrenamiento.

**CORPORACIÓN AMIGOS DEL BMX DE ANTIOQUIA**

**NIT: 811.031.766-8**

**Teléfono 2658027**

**Calle 30 A # 66 B – 61**



### 3. PROCEDIMIENTO:

#### MEDIDAS GENERALES PARA LA REALIZACIÓN DE ENTRENAMIENTOS

- No se permitirá el ingreso personas o deportistas con cualquier síntoma de gripa, tos, fiebre, o secreción nasal.
- Estarán demarcadas las zonas del escenario para el distanciamiento como rampa de ingreso al partidador, partidador, plazoleta y el ingreso a los baños
- Los deportistas tienen que agendar el entrenamiento previamente con la comisión Antioqueña de Bicicross, quien a su vez lo hará con el Inder Medellín.
- Es obligatorio el uso de tapabocas deportivo en todo momento para deportistas y personal de apoyo durante su estancia en las instalaciones deportivas.
- No se permitirá acompañantes en los entrenamientos, los deportistas pueden estar únicamente acompañados por su entrenador.
- Durante el entrenamiento el deportista deberá utilizar gafas (goggles) obligatoriamente.
- Cada deportista deberá portar su kit de auto cuidado; conformado por hidratación, toalla, protector solar y gel anti bacteria. Este kit no se debe compartir.
- Inmediatamente se termine el entrenamiento el deportista debe retirarse del recinto.
- Dentro del escenario de debe conservar la distancia física, manteniendo un área de 4m<sup>2</sup> por persona
- Dentro de la pista debe haber máximo 10 personas incluido deportistas y entrenador

**CORPORACIÓN AMIGOS DEL BMX DE ANTIOQUIA**

**NIT: 811.031.766-8**

**Teléfono 2658027**

**Calle 30 A # 66 B – 61**



- El deportista deberá portar desde la salida de su sitio de residencia el líquido y alimentación necesarios para su entrenamiento
- La alimentación y la hidratación serán personales y no deben ser compartidas, quien incumpla en este requisito será retirado del escenario.

El BMX hace parte del grupo 4 de reactivación deportiva, por tanto:

- Este grupo corresponde a la autorización de salida de los deportistas a entrenar de una manera segura e individualizada; en el contexto de preparación general, teniendo en cuenta que aún no hay competencias programadas
- Antes de iniciar el programa de entrenamiento, todo el personal que va a intervenir en el programa (deportistas, entrenadores, personal de apoyo, personal médico, etc.) debe cumplir con los requerimientos de este protocolo previo al inicio de actividades; los deportistas que han venido cumpliendo con las fases iniciales en entrenamiento deben continuar con los requisitos establecidos
- Dado el alto riesgo de accidentalidad y congregación de multitudes se recomienda que los entrenamientos de pista sean específicos, continuando con los entrenamientos en casa según las posibilidades
- Se deberá portar la licencia del año 2020 tanto Departamental expedida por la Liga de Ciclismo de Antioquia, como la Nacional expedida por la Federación Colombiana de Ciclismo, lo cual permitirá a las entidades competentes verificar datos personales y profesionales del deportista.
- Las personas autorizadas para el ingreso a las instalaciones deben ser mayores de 18 años y que no presenten factores de riesgo, ni temas asociadas a complicaciones por la COVID 19

**CORPORACIÓN AMIGOS DEL BMX DE ANTIOQUIA**

**NIT: 811.031.766-8**

**Teléfono 2658027**

**Calle 30 A # 66 B – 61**



<b>RECOMENDACIONES EN ENTRENAMIENTOS</b>	
En ningún caso podrá efectuarse concentración de personas para lo cual debe prevalecer un distanciamiento de más de 5 metros entre los concurrentes a las sesiones de entrenamiento.	
Sesiones de entrenamiento SALIDAS	Máximo 2 DEPORTISTAS, distanciados por al menos 5 metros (ver gráfico 2)
Sesiones de entrenamiento PISTA Completa	Máximo 1 Deportista, teniendo en cuenta distanciamiento mínimo recomendado para la práctica del ciclismo de 20 metros. ( ver gráfico 3)
Deportistas	<p>para ingresar a la pista deben estar listos, con toda la indumentaria requerida.</p> <p>Una vez termine el entrenamiento, las bicicletas y todos los implementos que fueron utilizados deben ser desinfectados por el deportista</p> <p>El deportista debe llevar una muda de ropa extra, para cambiarse una vez termine el entrenamiento.</p> <p>No se permite reunirse en la pista y en ningún área social del escenario</p>
Entrenador	Los entrenamientos podrán ser supervisados en pista por un solo entrenador por sesión.

**CORPORACIÓN AMIGOS DEL BMX DE ANTIOQUIA**

**NIT: 811.031.766-8**

**Teléfono 2658027**

**Calle 30 A # 66 B – 61**





Grafico 2. Distancia mínima entre deportistas en el partidor



Grafico 3. Distancia entre deportistas mínima en la pista. El entrenador debe estar en otro punto de la pista a mínimo 20 metros de distancia.

**CORPORACIÓN AMIGOS DEL BMX DE ANTIOQUIA**

**NIT: 811.031.766-8**

**Teléfono 2658027**

**Calle 30 A # 66 B – 61**



#### **4. LOGISTICA**

- El ingreso será por la entrada peatonal más cercana a edificio negro del escenario deportivo Pista Antonio Roldan Betancur.
- Antes de su ingreso deberá llenar un formulario virtual con los datos requeridos.
- Al ingreso deberá desinfectar sus zapatos con el producto que esta al ingreso.
- Dar autorización para la toma de temperatura la cual no debe pasar de 37.4°C para ser permitido su ingreso.
- Pasará al lavado de manos con jabón como está indicado por el ministerio de salud.
- Portar su tapabocas (debe tapar nariz, boca y mentón), gafas (Goggles) y Kit de desinfección personal, igual que para la bicicleta y el casco.
- Portar al momento de su ingreso la licencia del año 2020 tanto Departamental expedida por la Liga de Ciclismo de Antioquia, como la Nacional expedida por la Federación Colombiana de Ciclismo.
- En caso de una caída que requiera traslado, el deportista deberá tener en una bolsa hermética toda su ropa de cambio limpia y contar con su kit de higiene preventivo para el virus.
- Es absoluta responsabilidad del deportista, no asistir a ningún entrenamiento si tienen algún síntoma que pueda estar relacionado con el COVID-19.
- Diligenciar el consentimiento informado que quedará adjunto en los anexos de este protocolo y le será entregado al deportista antes de su práctica.

#### **NORMATIVA Y OTROS DOCUMENTOS EXTERNOS**

- Decreto 1601 de 1984
- Decreto 3518 de 2006, compilado en el Decreto 780 de 2016.
- Resolución 3100 de 2019.
- Propuesta para apertura de entrenamientos en atletas de alto rendimiento, Ministerio del Deporte Comité Olímpico Colombiano. 2020.

**CORPORACIÓN AMIGOS DEL BMX DE ANTIOQUIA**

**NIT: 811.031.766-8**

**Teléfono 2658027**

**Calle 30 A # 66 B – 61**



- Ley 181 de 1995, por la cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte.
- Decreto 2771 de 2008, por el cual se crea la comisión intersectorial para la coordinación y orientación superior del fomento, desarrollo y medición de impacto de la actividad física.

Resolución 666 de 2020 Por medio de la cual se adopta el protocolo general de bioseguridad para mitigar, controlar y realizar el adecuado manejo de la pandemia del COVID-19.  
<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/resolucion-666-de-2020.pdf>

## ANEXOS:

### Consentimiento informado.

#### CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA EL RETORNO AL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

Yo \_\_\_\_\_ con CC: \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ entiendo y acepto que debo cumplir con los requisitos y recomendaciones establecidas para la práctica del deporte. Asumo la responsabilidad del riesgo de contagio que conllevan los desplazamientos hacia el sitio de entrenamiento para mí y mi familia.

Me han sido explicados todos los riesgos adicionales que asumo al realizar esta práctica deportiva y por lo tanto me comprometo a presentar los resultados de las pruebas para covid 19, previo al inicio de los entrenamientos. Además de esto, me comprometo a comunicar cualquier resultado confirmatorio de ser portador del virus.

Libero de responsabilidad al personal de salud, técnico y federativo ante el evento de ser diagnosticado con COVID 19, pues entiendo que su contagio pudo ser en cualquier momento, y en cualquier espacio.

El hecho de haber tenido una exposición previa al virus, no me libera de una reinfección, por lo que me comprometo a cumplir con todos los protocolos de seguridad y cumplir con las tomas de las pruebas seriadas.

Soy consciente que pese al cumplimiento de todos los protocolos de seguridad existe una probabilidad de contagiarse con COVID 19. Cabe señalar que a pesar de las pruebas que me hayan realizado previamente y que no tenga síntomas, tengo la posibilidad de ser portador asintomático de la enfermedad; los riesgos asociados a la exposición de COVID-19 son: muerte, síndrome de dificultad respiratoria del adulto, coagulopatías, eventos trombóticos severos, otras manifestaciones como eventos respiratorios, gastrointestinales, neurológicos relacionados con el COVID-19 y en general aumento de probabilidad de las complicaciones de enfermedades pre existentes, así como las probables secuelas resultantes del padecimiento de la enfermedad.

Se me ha explicado que la decisión del regreso a los entrenamientos es totalmente voluntaria, primando mi salud y la de mi entorno familiar.

Certifico que he entendido la naturaleza, propósito, beneficios, riesgos y alternativas de la propuesta para mi retorno al entrenamiento.

Nombre y Firma

No. de identificación:

Nombre y firma del testigo:

Parentesco:

No. de identificación:

**CORPORACIÓN AMIGOS DEL BMX DE ANTIOQUIA**

**NIT: 811.031.766-8**

**Teléfono 2658027**

**Calle 30 A # 66 B – 61**