



PROTOCOLO PARA LA
PROMOCION, PREVENCION Y CONTROL
FRENTE A LA INTRODUCCION DEL SARS-
COV-2 (COV19) A COLOMBIA

PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD

**INICIO DE ENTRENAMIENTO DE
LOS CICLISTAS SENIOR
MÁSTER EN LA PISTA DEL
VELODROMO MUNICIPAL
MARTIN EMILIO COCHISE
RODRIGUEZ**

**DIAS MARTES Y JUEVES
HORARIO DE 06:00 P.M A 08:00
P.M.**



OBJETIVO

Orientar a los Ciclistas Senior Máster y demás partes interesadas acerca de la estrategia definida por el **Club Deportivo de Ciclismo Senior Máster de Antioquia** para la prevención y contención del COVID-19 en los entrenamientos en la **Pista del Velódromo Municipal Martin Emilio Cochise Rodríguez** en promoción de la salud, disminuyendo el riesgo de propagación y / o transmisión del virus, dentro de nuestros espacios y ambientes dispuestos para el desarrollo del Ciclismo Senior Máster en este caso el **Velódromo Municipal Martin Emilio Cochise Rodríguez**

El Club Deportivo de Ciclismo Senior Máster de Antioquia tiene habilitado el espacio del escenario de la Pista del **Velódromo Municipal Martin Emilio Cochise Rodríguez** los días martes y jueves entre las 06:00 p.m. a 08:00 p.m.

El máximo de personas por entrenamiento en la pista es de 6 ciclistas, cumpliendo un distanciamiento mínimo de 2 metros.

Las jornadas de entrenamientos estarán divididas en 2 grupos.

El primer grupo va en el horario de 06:00 p.m. a 07:00 p.m. con un máximo de 6 ciclistas.

El segundo grupo va en el horario de 07:00 p.m. a 08:00 p.m. con un máximo de 6 ciclistas.

Solo se permitirá el entrenamiento a ciclistas afiliados al club (licenciados 2020)

1. ALCANCE

METAPROCESO MACROPROCESO	PROCESO	SUBPROCESO
Todos	Todos	Todos

2. NORMATIVIDAD

REGLAMENTO SANITARIO LEY 09 DE 1979
DECRETO 019 DEL 2012
LEY ESTATUTARIA 1751 DEL 2015
DECRETO 1072 DEL 2015
DECRETO 780 DEL 2016.
CIRCULAR 031 DEL 2018.
CIRCULAR 005 DE 11 FEBRERO DEL 2020.
CIRCULAR 018 DEL 10 MARZO DEL 2020.
RESOLUCIÓN 380 DE 10 MARZO DEL 2020.
DECRETO 081 DEL 11 DE MARZO DEL 2020.
DECRETO 402 DEL 13 DE MARZO DEL 2020.
DECRETO 417 DEL 17 DE MARZO DEL 2020.
DECRETO 488 DEL 27 DE MARZO DEL 2020
DECRETO 491 DEL 28 DE MARZO DEL 2020.
DECRETO 500 DE 31 MARZO DEL 2020.
DECRETO 531 DEL 08 DE ABRIL DEL 2020.
RESOLUCIÓN 666 DE 2020
RESOLUCIÓN 957 DE 2020
RESOLUCIÓN 1285 DE 2020
RESOLUCIÓN 1313 DE 2020



RESOLUCIÓN 1408 DE 2020
CIRCULAR 011 DE 2020
CIRCULAR 001 DE 2020

3. DEFINICIONES

Auto observación: Es el seguimiento que hace cada deportista respecto de signos y síntomas que pueda presentar, como fiebre subjetiva, tos o dificultad para respirar. Si el deportista siente fiebre o desarrolla tos o dificultad para respirar durante el período de autoobservación, debe tomar su temperatura, comunicarse con la línea telefónica habilitada y notificar la situación para recibir la orientación y direccionamiento en cuanto a una posible evaluación médica, de él medico de su equipo o del servicio de salud que tenga (Póliza o EPS) según lo estipulado internamente por cada Equipo Ciclístico.

Autocontrol: Es el control que realiza el deportista a sí mismo para detectar fiebre con la toma la temperatura permaneciendo alerta ante la tos o la dificultad para respirar. El deportista bajo autocontrol debe conocer el protocolo para comunicarse con el equipo de salud a cargo si presentara fiebre, tos o dificultad para respirar durante el período de autocontrol con el fin de determinar si necesita una evaluación médica todo con antelación a los entrenamientos, con un tiempo prudente.

Autocontrol con supervisión delegada: Este tipo de autocontrol se prevé, para el equipo desde su staff médico y técnico quienes realizaran una supervisión programada de su salud y control de infecciones en coordinación con la autoridad de salud de la jurisdicción o lugar de habitad.

COVID-19: Es una nueva enfermedad causada por un nuevo coronavirus. El nombre de la enfermedad se escogió siguiendo las mejores prácticas establecidas por la Organización Mundial de la Salud (OMS) para asignar nombres a nuevas enfermedades infecciosas en seres humanos.

Aislamiento: Separación de una persona o grupo de personas que se sabe o se cree que están infectadas con una enfermedad transmisible y potencialmente infecciosa de aquellos que no están infectados, para prevenir la propagación de COVID-19. El aislamiento para fines de salud pública puede ser voluntario u obligado por orden de la autoridad sanitaria.

Cuarentena: Significa la separación de una persona o grupo de personas que razonablemente se cree que han estado expuestas a una enfermedad contagiosa

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): 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.

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.



4. ESTRATEGIA DE PREVENCIÓN Y MITIGACIÓN

Club Deportivo de Ciclismo Senior Máster de Antioquia propende por el bienestar salud y seguridad de todos los deportistas, participantes, logísticos y demás que intervienen en la planeación y desarrollo de los entrenamientos en la **Pista del Velódromo Municipal Martin Emilio Cochise Rodríguez**, por tal razón hemos diseñado una estrategia completa, en la cual se incluyen controles en todo nivel (técnicos y operativos), basados en la literatura nacional e internacional que tenemos disponible.

4.1 MODELACIÓN DE LA ESTRATEGIA DE PREVENCIÓN Y CONTENCIÓN

Para la definición de la estrategia nos enfocamos en 3 pilares: Información anticipada, guía digital e impresa y prevención en puntos de encuentro; enmarcados en los cambios dados por la contingencia y teniendo en cuenta la prevención como pilar fundamental, la información anticipada se convierte en la forma directa de llegada a las partes interesadas en hacer parte de los entrenamientos en la **Pista del Velódromo Municipal Martin Emilio Cochise Rodríguez** con mayor claridad, ya que si todos tenemos una correcta información, podemos prevenir con antelación al evento cualquier tipo de cambio en la salud y podremos prevenir con mayor posibilidad de éxito el contagio del COVID 19.

Además se llevara un manual digital e impreso que guía en forma práctica a quien lo lea, sobre la prevención y cuidados antes, durante y después entrenamientos en la **Pista del Velódromo Municipal Martin Emilio Cochise Rodríguez**.

5. PROMOCIÓN DE LA HIGIENE Y DESINFECCIÓN:

Las manos son una de las principales vías de transmisión de gérmenes durante las actividades cotidianas, por lo que la higiene de manos es una medida importante para evitar la transmisión del coronavirus y evitar la propagación del COVID-19.

Para lo cual hemos implementado las siguientes actividades:

- ✓ Se contara con un dispensador de gel antibacterial a la entrada del Velódromo Martin E. Cochise
- ✓ La persona encargada hará aspersion de líquido desinfectante a las zapatillas y bicicletas.
- ✓ Punto de control donde se revisa el kit individual, gel antibacterial, tapabocas quirúrgico o antifluidos y guantes.

6 MEDIDAS DE CONTROL

6.1 AMBIENTALES

Como medidas de control ambiental realizamos una jornada de limpieza que permita dejar las zonas utilizadas sin elementos participados que puedan generar focos de infección o propagación del virus, además se dispondrá una zona para el manejo de residuos generados que se dispondrán en forma adecuada según lo dicta la norma.



6.2 INDIVIDUALES

Los elementos de protección personal definidos para la prevención y contención del COVID-19 del personal de interés que interactúa en el evento.

GRUPO DE INTERES	TAPABOCAS	PROTECTOR FACIAL	ALCOHOL	GEL ANTIBACTERIAL	GUANTES	TRAJE ANTIFLUIDOS
DEPORTISTAS	X		X	X		
ORGANIZACIÓN	X	X	X	X	X	

6.3 COLECTIVAS

DEMARCACIÓN	N/A.
DESINFECCIÓN DE ZONAS	Limpieza de espacios en aspersión manual y en áreas comunes.
AREA DE TAMIZAJE	Control de temperatura en zonas de ingreso tanto para corredores como para los acompañantes
VALIDACIÓN	Control de uso de los elementos de porte obligaría por parte de deportistas y organización.
DESINFECCIÓN DE CALZADO	Tapetes de desinfección de calzado en ingreso de zonas de aglomeración.
LAVAMANOS Y BAÑOS	N/A.

7. MEDIDAS DE AUTOCUIDADO

Las medidas de autocuidado serán monitoreadas, esta medida es de carácter obligatorio para todos los deportistas, a quienes de manera anticipada se les informara de las siguientes medidas de autocuidado y alarma por medio de sus médicos o directores deportivos.

- Lavarse las manos frecuentemente con abundante jabón, alcohol.
- Taparse nariz y boca con el antebrazo (no con la mano) al estornudar o toser.
- Evitar contacto directo, no saludar de beso o de mano, no dar abrazos.
- Procurar mantener un distanciamiento social de 1.5 mts o 2 mts aproximadamente.
- Evitar los entrenamientos grupales y apoyar los entrenamientos con los medios digitales.
- En caso de gripa o síntomas de alarma (dificultad respiratoria, temperatura superior a 38,5 ° C axilar por más de dos días o silbido en el pecho).
- notificar a su médico de equipo, técnico o manager deportivo quien deberá informar de dicha situación.
- El sistema de salud priorizará la atención domiciliaria de estas emergencias.

CLASIFICACIÓN DE SÍNTOMAS RESPIRATORIOS		
LEVE	MODERADO	SEVERO
Malestar General (Astenia)	Malestar General (Astenia)	Malestar General (Astenia)
Secreción Nasal (Rinorrea)	Secreción Nasal (Rinorrea)	Secreción Nasal (Rinorrea)
Tos seca	Tos seca / Flema	Tos seca / con flema
Diaforesis (sudoración)	Diaforesis (sudoración)	Diaforesis (sudoración)
Síntomas Gastrointestinales (Diarrea, dolor abdominal- vomito)	Síntomas Gastrointestinales (Diarrea, dolor abdominal- vomito)	Síntomas Gastrointestinales (Diarrea, dolor abdominal- vomito)
Odinofagia (dolor de garganta)	Odinofagia (dolor de garganta)	Odinofagia (dolor de garganta)
Ojos Rojos	Cefalea - Ojos Rojos	FIEBRE (Temperatura cuantificada con termómetro MAYOR a 38°
		DIFICULTAD PARA RESPIRAR (Aleteo nasal , cianosis peribucal (labios morados) , cianosis ungueal , retracción
Cefalea (Dolor de cabeza)	FIEBRE (Temperatura cuantificada con termómetro MAYOR a 38°C)	Esternal (movimientos anormales del pecho).
MEDIDAS Y/O MANEJO		
Autoobservación	Autoobservación	Auto-control supervisado
Autocuidado	Autocuidado	Autocuidado
Uso de tapabocas convencional	Uso de tapabocas convencional	Uso de tapabocas Convencional
Lavado de manos frecuente	Lavado de manos frecuente	Lavado de manos frecuente
Adecuada hidratación	Adecuada hidratación	Adecuada hidratación
Manejo sintomático	Avisar a líder	Avisar a líder
	Consulta vía teléfono con Medico SST o EPS Cita Prioritaria.	Llamar a la EPS / 123 / Medico SST / Línea
NA	Aislamiento Preventivo Social Previa verificación de síntomas	Dispuesta según la región.

8. FUENTES DE CONTAGIO

- La enfermedad puede propagarse por medio de las gotículas procedentes de la nariz o de la boca, que salen cuando una persona infectada tose o estornuda. Estas gotas pueden caer sobre los objetos, superficies que rodean a una persona y durar activo cierto tiempo dependiendo el material, la persona a su vez se tocara la superficie con sus manos, luego las pasara por cara, boca, ojos y nariz.
- El público en general, sintomático o asintomático que adquirieron o contrajeron la enfermedad.
- Personas individuales o aquellas que en un riesgo de infección particularmente alto (por ej. viajeros internacionales que han visitado lugares donde existe una transmisión generalizada sostenida (continua) del COVID-19.
- Personas que han tenido exposiciones sin protección a personas que portan o se sospecha que portan el COVID-19.

9. FACTORES DE RIESGO DE VULNERABILIDAD A LA INFECCIÓN POR SARS-COV-2 (COVID-19) EN AUSENCIA DE SIGNOS CLÍNICOS.

Según la OMS (Organización mundial de la salud), un factor de riesgo es cualquier rasgo, característica o exposición de un individuo que aumente su probabilidad de sufrir una enfermedad o lesión.

- Edad > 70 años con ≥ 1 comorbilidades
 - HTA - Diabetes mellitus
 - Enfermedad cardiovascular crónica (cardiopatía isquémica, insuficiencia cardíaca, fibrilación auricular)
 - Ictus
 - Enfermedad pulmonar crónica (EPOC, bronquiectasias, fibrosis pulmonar, asma) - Hepatopatía crónica (cirrosis hepática)
 - Enfermedad renal crónica (filtrado glomerular estadios 3-5)
 - Tumor maligno sólido o neoplasia hematológica activa - Inmunosupresión (incluida la farmacológica con esteroides a dosis inmunosupresoras o con agentes biológicos)
 - Embarazo
-

De igual forma, el Gobierno nacional definió por medio de la resolución 464 de 2020 el aislamiento preventivo de las personas mayores a 70 años de edad, así mismo el Viceministro de Salud pública y prestación de servicios, Sr Luis Alexander Moscoso, indicó las siguientes patologías que también tienen cobertura del lineamiento.

- Diabetes
- Hipertensión
- Dislipidemias
- Falla cardiaca
- Enfermedades autoinmunes

Por lo anterior NO se permitirá la participación de personas mayores de 70 años y se recomendará a todos los relacionados a los entrenamientos abstenerse de presentarse si tienen alguna característica de vulnerabilidad.

10. MEDIDAS GENERALES DE CUIDADO EN EL ENTRENAMIENTO

- ✓ Inscritos Máximos 6 ciclista

10,1 DEPORTISTAS

- ✓ Proceso de inscripción, se realizara digital con antelación de 2 días al entrenamiento para llevar el correcto seguimiento a su estado de salud.
- ✓ Deberán ser inscritos en corona app Colombia
- ✓ Revisión de planillas de control de estado de salud.
- ✓ La firma de planilla del inicio será remplazada por un registro fotográfico individual con fotos que cuenten con fecha y hora, para mitigar un foco de contagio.
- ✓ Cada persona que intervenga en el evento deberá contar con su kit individual para el cuidado contra el COVID 19, que será de porte obligatorio y asumido por sí mismo.
- ✓ Tamizaje de temperatura corporal en puntos de salida.

11. LINEAS DE ATENCION



PROTOCOLO PARA LA
PROMOCION, PREVENCIÓN Y CONTROL
FRENTE A LA INTRODUCCIÓN DEL SARS-
COV-2 (COVID19) A COLOMBIA

LINEAS ESPECIALES DE REPORTE COVID 19 DE ANTIOQUIA

LÍNEAS DE ATENCIÓN EN CASO DE SÍNTOMAS COMPATIBLES CON CORONAVIRUS

Gobierno local



Línea de atención
321 853 3928 / 123
Celular #747

Seguros SURA



Atención virtual
24 horas del día a través
de la APP Seguros SURA



Teleorientación Médica
Póliza 01 8000 51 8888
Celular #888 / Opción 0
EPS 01 8000 519 519
/ Opción 1-3 Med 448 61 15



Atención vía Whatsapp
302 454 6329

Comeva EPS



Línea de atención
01 8000 930 779
Opción 8

Nueva EPS



Línea de atención
01 8000 954 400
Opción 2

Savia Salud



Línea de atención
01 8000 423683
448 1747

RedVital



Atención vía Whatsapp
322 229 7928



Línea de atención
520 10 44

Sanitas



Línea de atención
01 8000 919 100

Medimas



Línea de atención
01 8000 120 777

Salud Total



Línea de atención
01 8000 114 524

PROCESO DE INSCRIPCIÓN CORONA APP



CoronApp - Colombia

INS.GOV Salud y bienestar

★★★★★ 16,166

Todos

Esta app es compatible con tu dispositivo.

Puedes compartir este contenido con tu grupo familiar.

[Más información sobre la Biblioteca familiar](#)


Agregar a la lista de deseos


Instalar





PROTOCOLO PARA UN CORRECTO LAVADO DE MANOS


Recomendaciones de la OMS
(Organización Mundial de la Salud)


- 


1 Humedezca las manos con agua.
- 


2 Aplique suficiente jabón para cubrir toda la superficie de la mano.
- 


3 Frote las manos, palma contra palma.
- 


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


5 Repita el lado contrario: Palma contra palma entrelazando los dedos.
- 


6 Dorso de los dedos con la palma de la mano contraria.
- 

7 Dedo pulgar de la mano izquierda "envuelto en la palma de la mano derecha, frotando circularmente; y viceversa".
- 

8 Punta de los dedos de la mano derecha en la palma de la mano izquierda, frotando circularmente en ambos sentidos; y viceversa.
- 

9 Enjuague las manos con agua.
- 

10 Seque sus manos usando una sola toalla de papel desechable.
- 

11 Use la toalla para cerrar la llave.
- 

12 y sus manos están limpias.

DESINFECCIÓN DE BICICLETAS



12. BIBLIOGRAFIA

Guía sobre la preparación de los lugares de trabajo para el virus COVID-19. OSHA3992. Disponible en:

[file:///C:/Users/rpilar/Downloads/OSHA3992.pdf.pdf%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/rpilar/Downloads/OSHA3992.pdf.pdf%20(1).pdf)

Organización Mundial de la salud. Disponible en:

<https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>

Manual de Medidas Básicas para el control de infecciones en el prestador de servicios de salud.

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/PA/manual-prevencion-iaas.pdf>

Lineamientos para la detección y manejo de casos por los prestadores de servicio de salud, frente a la introducción del SARS-CoV-2 Colombia. Disponible en:

<https://www.minsalud.gov.co/Ministerio/Institucional/Procesos%20y%20procedimientos/GIPS05.pdf>

Organización Mundial de la Salud. Disponible en:
http://www.who.int/gpsc/information_centre/gpsc_lavarse_manos_poster_es.pdf?ua=1



Criterios de atención clínica. Disponible en:

<file:///C:/Users/rpilar/Downloads/CRITERIOS%20DE%20ATENCIO%CC%81N%20CL%CC%81NICA%20Y%20DE%20DERIVACIO%CC%81N%20HOSPITALARIA%20DE%20PACIENTES%20DIAGNOSTICADOS%20COMO%20CASOS%20PROBABLES%20DE%20INFECCIO%CC%81N%20PORSARS-CoV-2.pdf.pdf>

Lineamientos para la prevención control y reporte de accidente por exposición a Covid-19 en instituciones de salud. Disponible en:

<file:///C:/Users/rpilar/Downloads/AccidenteExpOcupaconal.pdf.pdf>

Anexo. Instructivo para la vigilancia en salud pública intensificada de infección respiratoria aguda asociada al nuevo coronavirus 2019 (COVID-19).

https://www.ins.gov.co/Noticias/Coronavirus/Anexo_%20Instructivo%20Vigilancia%20COVID%20v8%2026032020.pdf

13. CONTROL DE CAMBIO

HISTORIAL DE CAMBIOS				
	FECHA	VERSIÓN	CAMBIO	
1	15/09/2020	1	Elaboración del documento	SANDRA GONZALEZ
2	25/09/2020	2	Actualización del documento	MARYI PULGARIN

Aprueba la creación e implementación del presente protocolo:

ÁLVARO MUÑETONES FLOREZ

Presidente

Club Deportivo de Ciclismo Senior Máster de Antioquia

NIT:900.472.507-1



**PROTOCOLO PARA LA
PROMOCION, PREVENCION Y CONTROL
FRENTE A LA INTRODUCCION DEL SARS-
COV-2 (COV19) A COLOMBIA**
