

|                                                                                   |                   |                                                                                                                                                        |         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
|  | PROCESO           | GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.                                   | Código  |    |
|                                                                                   | DOCUMENTO SOPORTE | Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia | Versión | 01 |

## PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD FEDERACIÓN DE ARQUEROS DE COLOMBIA PARA LA PREVENCIÓN DEL CONTAGIO DE COVID-19 EN LA REACTIVACIÓN DEL DEPORTE DE ARQUERÍA

### 1. OBJETIVO

Orientar las medidas que, en el marco de la pandemia generada por el nuevo coronavirus COVID-19, deberán ser adoptadas con el objeto de permitir las actividades relacionadas con el entrenamiento de los deportistas de altos logros, en cumplimiento de los requisitos de bioseguridad, con el fin de disminuir el riesgo de contagio durante el desarrollo de entrenamientos.

Para el retorno a la normalidad deportiva, entendiendo como normalidad el conseguir la competición, se ha adoptado un modelo de fases basado en la consecución del estado de forma óptimo por parte del atleta para afrontar la fase final de competencia y limitar la aparición de lesiones producto del desacondicionamiento físico. Todos los deportes independientemente de su nivel de riesgo al retomar su práctica deportiva, lo deben hacer de forma gradual y con intensidades bajas que podrán ir en aumento de manera progresiva.

Establecer un plan de acción con estrategias y alternativas que permitan garantizar la promoción del cuidado de la salud, la prevención y mitigación de los riesgos de posibles contagios de COVID-19 en la Federación de Arqueros de Colombia.

El presente protocolo aplica en la movilización, ingreso, permanencia en campo y realización de labores relacionadas con la reactivación de entrenamientos en la Federación de Arqueros de Colombia, durante la emergencia sanitaria provocada por la pandemia del COVID-19, y está dirigido a deportistas, sus entrenadores y personal logístico mayor de 18 años.

### 2. DEFINICIONES

*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.

*Alto logro deportivo:* Actividad sistemática, altamente intensiva y científicamente argumentada de entrenamiento y competición, para alcanzar máximos resultados deportivos (Tsvetan Zhelyazkov, 2006, p.13).

*Alto rendimiento deportivo:* Aquel que implica una práctica sistemática y de alta exigencia en la respectiva especialidad deportiva, con resultados en el contexto internacional, al más alto nivel de competición mundial (Coldeportes, 2015).

*Atleta:* (Del griego antiguo athlos, que significa ‘competición’) es una persona que posee unas capacidades físicas

|                                                                                   |                   |                                                                                                                                                        |         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
|  | PROCESO           | GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.                                   | Código  |    |
|                                                                                   | DOCUMENTO SOPORTE | Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia | Versión | 01 |

superiores a la media y, en consecuencia, es apta para la realización de actividades físicas, especialmente para las competitivas.

**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.

**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.

**COVID-19:** Es una nueva enfermedad, causada por un nuevo coronavirus que no se había visto antes en seres humanos. 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.

**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.

**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).

**Deporte de alto rendimiento:** Práctica deportiva de organización y nivel superiores. Comprende procesos integrales orientados hacia el perfeccionamiento de las cualidades y condiciones físico-técnicas de deportistas, mediante el aprovechamiento de adelantos tecnológicos y científicos” (Ley 181, 1995, p.35).

**Deportes de arte competitivo y precisión:** Son aquellos deportes que exigen una alta calidad en las acciones de coordinación neuromuscular y su resultado deportivo está dado por puntuación y en la mayoría de casos por apreciación de los jueces o árbitros. (Coldeportes, 2015).

**Deportes de combate:** Son aquellos deportes en los que existe una lucha con un adversario utilizando golpes, agarres o el uso de armas (Coldeportes, 2015).

**Deportes de pelota:** Aquellos deportes cuyo elemento esencial para su desarrollo es con el uso de una pelota, (grande o pequeña). (Coldeportes, 2015).

**Deportes de tiempo y marca:** (También referido como fuerza rápida y resistencia). Son aquellos deportes donde el

|                                                                                   |                   |                                                                                                                                                        |         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
|  | PROCESO           | GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.                                   | Código  |    |
|                                                                                   | DOCUMENTO SOPORTE | Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia | Versión | 01 |

resultado es un factor de medición totalmente cuantificable, por ejemplo, el tiempo en una carrera, el peso en levantamiento de pesas (Coldeportes, 2015).

*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).

*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 dichas 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.

*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 —N11 si no son resistentes al aceite, —R11 si son algo resistentes al aceite y —P11 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.

*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

|                                                                                   |                   |                                                                                                                                                        |         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
|  | PROCESO           | GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.                                   | Código  |    |
|                                                                                   | DOCUMENTO SOPORTE | Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia | Versión | 01 |

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.

*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 atletas.

*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.

### 3. MEDIDAS DE BIOSEGURIDAD:

Considerando que la modalidad deportiva de Tiro con Arco es un deporte que se entrena en forma individual, sin contacto, al aire libre y en escenario cerrado, el Comité Ejecutivo y la Comisión Técnica Nacional (conformada por los entrenadores nacionales) conjuntamente han debatido, analizado y aprobado el Protocolo que a continuación ponemos a consideración, para la aprobación de la reactivación de entrenamiento de Tiro con Arco, incluido en las estrategias del Gobierno Nacional en la reactivación física y deportiva, pero sobre todo, asegurándonos que lo principal, es salvaguardar la vida y la salud de los deportistas y sus familias.

A la par a esta autorización, al momento de iniciación de actividades y de acuerdo al trabajo que se está realizando actualmente, los entrenadores construirán los nuevos planes de entrenamiento.

Siempre siguiendo un protocolo estricto, de acuerdo con los Lineamientos de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia y creando estrategias conjuntas con el Ministerio del Deporte y el Comité Olímpico Colombiano.

- **Medidas generales.**

|                                                                                   |                   |                                                                                                                                                        |         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
|  | PROCESO           | GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.                                   | Código  |    |
|                                                                                   | DOCUMENTO SOPORTE | Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia | Versión | 01 |

La Federación establece cómo medidas básicas de higiene y bioseguridad que ayudan a la contención de la propagación del virus, (lavado de manos, distanciamiento físico y uso de tapabocas), dichas medidas tendrán unos lineamientos estipulados que serán de obligatorio cumplimiento y serán fortalecidas con procesos de limpieza y desinfección en áreas, elementos y superficies de uso frecuente, un adecuado manejo de residuos, uso de Elementos de Protección Personal (EPP) y adecuadas condiciones higiénico sanitarias.

Se recordará y difundirá constantemente información sobre la importancia de cumplir las medidas higiénicas básicas para prevenir contagios, para lo cual se anexan al presente protocolo infografías que serán publicadas y socializadas.

- Lavado de manos constante de acuerdo a las técnicas establecidas por el Ministerio de Salud y Protección Social. (Infografía MinSalud)
- Distanciamiento físico.
- Uso de tapabocas y elementos de protección facial
- Limpieza y desinfección de equipos.

- **Lavado de manos.**

- Lavarse las manos de inmediato al ingreso y repetirlo cada 40 minutos.
- Se dispondrán y garantizarán los recursos para el lavado frecuente manos, agua potable, jabón, toallas desechables de un solo uso.
- Se dispondrá suministro de alcohol glicerinado mínimo al 60% máximo al 95%, al ingreso y en áreas de tránsito común.
- Se deberá hacer un correcto lavado de manos, mínimo 3 veces por sesión con una duración de 20 a 30 segundos.
- Se ubicará señalización en los baños, sobre las técnicas adecuadas del lavado de manos.
- Se cuenta con la zona de baños separado por hombres y mujeres con las instalaciones adecuadas para el lavado de manos, a las cuales sólo se podrá ingresar de manera individual, para lo cual habrá control por parte de las personas encargadas de la ejecución del protocolo y la debida señalización sobre esta medida.

- **Distanciamiento Físico.**

- Con el fin de mantener la distancia física sugerida se tendrá por sesión de entrenamiento máximo 10 atletas en el campo, el cual mide 65 Mts de ancho x 120 Mts de largo, así se controlará que el aforo de personas no supere el 30% de la capacidad máxima de las instalaciones.
- Entrenar con una distancia mínima de 2 Mts entre deportistas, teniendo en cuenta que la práctica no implica contacto entre atletas.

|                                                                                                                        |                          |                                                                                                                                                               |                |           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------|
|  <b>La salud es de todos</b> Minsalud | <b>PROCESO</b>           | <b>GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.</b>                                   | <b>Código</b>  |           |
|                                                                                                                        | <b>DOCUMENTO SOPORTE</b> | <b>Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia</b> | <b>Versión</b> | <b>01</b> |

- Para controlar el número de personas en campo se organizarán horarios de entrenamientos por grupos cada 2 horas.

| PROPUESTA DE HORARIOS DE ENTRENAMIENTOS COMPUESTO                                |                             |           |                 |                |                                                                                       |          |        |              |
|----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----------|-----------------|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------|--------------|
| DISTRIBUCIÓN DE HORARIO DE ENTRENAMIENTO POR ACTIVIDAD SEGÚN LUGAR DE RESIDENCIA |                             |           |                 |                |                                                                                       |          |        |              |
| N°                                                                               | ATLETA                      | LIGA      | LUGAR/ENTRENA   | Días/Ent       | TEC-TAC                                                                               | ESPECIAL | FÍSICO | RECUPERACION |
| 1                                                                                | SARA JOSE LOPEZ BUENO       | RISARALDA | PEREIRA         | Lunes a sabado | 8:00-10:00                                                                            |          |        |              |
| 2                                                                                | ALEJANDRA USQUIANO          | VALLE     | MEDELLIN        | Lunes a sabado | 13:00-15:00                                                                           |          |        |              |
| 3                                                                                | ALEXANDRA SANDINO           | CESAR     | VALLEDUPAR      | Lunes a sabado | Pendientes por definir de acuerdo a las condiciones dadas por las autoridades locales |          |        |              |
| 4                                                                                | NORA CECILIA VALDEZ         | BOGOTA    | BOGOTA          | Lunes a sabado |                                                                                       |          |        |              |
| 5                                                                                | JULIANA GALLEGU LOPEZ (JUV) | RISARALDA | PEREIRA (CASA)  | Lunes a sabado | 04:00-06:00                                                                           |          |        |              |
| 6                                                                                | DANIEL MUÑOZ                | VALLE     | MEDELLIN        | Lunes a sabado | 13:00-15:00                                                                           |          |        |              |
| 7                                                                                | MANUEL SEBASTIAN ARENAS     | ANTIOQUIA | MEDELLIN        | Lunes a sabado | 13:00-15:00                                                                           |          |        |              |
| 8                                                                                | JUAN BONILLA                | ANTIOQUIA | MEDELLIN        | Lunes a sabado | 13:00-15:00                                                                           |          |        |              |
| 9                                                                                | PLABLO GOMEZ (JUV)          | ANTIOQUIA | MEDELLIN (CASA) | Lunes a sabado | 13:00-15:00                                                                           |          |        |              |

| DISTRIBUCIÓN DE HORARIO DE ENTRENAMIENTO RECURVO POR ACTIVIDAD SEGÚN LUGAR DE RESIDENCIA |           |           |             |             |             |
|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------|-------------|-------------|-------------|
| ATLETA                                                                                   | Lg/Entren | Categoría | TEC-TAC     | ESPECIAL    | FÍSICO      |
| D. PINEDA                                                                                | Medellin  | Mayor     | 13:00-15:00 | 10:30-11:30 | 19:00-20:30 |
| A. PILA                                                                                  | CARTAG    | Mayor     | 8:00-10:00  | 16:00-17:00 | 17:30-18:30 |
| J. ENRIQUE                                                                               | CALI      | Mayor     | 08:00-10:00 | 13:30-14:15 | 14:30-16:30 |
| D. HERNANDEZ                                                                             | BOGOTA    | Cadet     | 08:00-10:00 | 11:00-12:30 | 14:00-16:30 |
| ANA M. RENDON                                                                            | Medellin  | Mayor     | 13:00-15:00 | 10:00-11:00 | 11:00-12:40 |
| V. ACOSTA                                                                                | RISARAL   | Mayor     | 8:00-10:00  | 10:00-11:00 | 14:30-16:30 |
| M. SEPULPEDA                                                                             | LIBORINA  | Mayor     | 08:00-10:00 | 7:00-8:00   | 16:00-18:00 |
| V. CONTRERAS                                                                             | Medellin  | Mayor     | 13:00-15:00 | 9:00-10:30  | 17:00-19:00 |

- El o los entrenadores, también estarán a 2 Mts de los arqueros para dar sus instrucciones y como lo permite nuestro deporte, se apoyarán en los monóculos.
- Las personas circulantes de aseo y apoyo, mantendrán las mismas distancias de protección.
- No se realizará en ningún momento reuniones grupales.
- Para dar indicaciones grupales se realizarán reuniones mediante videoconferencias y plataformas de comunicación.

- **Elementos de Protección Personal- EPP.**

|                                                                                   |                   |                                                                                                                                                        |         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
|  | PROCESO           | GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.                                   | Código  |    |
|                                                                                   | DOCUMENTO SOPORTE | Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia | Versión | 01 |

- Se tendrán tapabocas de tela a disposición de los deportistas que no tengan la posibilidad de tener los propios.
- El personal de aseo deberá usar tapabocas, guantes y gafas de seguridad, dichos elementos serán lavados y desinfectados al finalizar las sesiones de entrenamiento.
- El personal encargado de la implementación del protocolo de bioseguridad estará atento al uso constante y adecuado de los EPP.
- Los tapabocas y demás EPP no desechables deberán ser lavados y desinfectados diariamente, y en ningún caso los EPP podrán ser compartidos.
- Se promoverá el uso de tapabocas no sólo en el sitio de entrenamiento, también en el transporte desde y hacia las viviendas y en los lugares donde haya afluencia masiva de personas.
- Cada atleta y personal asistencial debe portar los kits de protección y el equipo debe garantizar su disponibilidad de tapabocas, los cuales deberán ser cambiados cada mes o antes si sufren deterioro que no garantice la protección adecuada y alcohol glicerinado mínimo al 60 %.
- Se mantendrá suministro de tapabocas convencionales.
- Se dispondrán canecas con tapa de accionar con pedal, señalizadas, con doble bolsa en las áreas de baños, para realizar una adecuada disposición final de elementos como toallas desechables, pañuelos, tapabocas convencionales, EPP deteriorados.

#### • Manejo de tapabocas y elementos de protección facial

- Usar de mascarilla para el atleta permanente, antes y después del entrenamiento mientras ubica su domicilio o sitio formal de inicio de entrenamiento.
- Todo el personal que no sea atleta y que esté presente en la sesión de entrenamiento debe usar la mascarilla antes, durante y después de la sesión de entrenamiento.
- Se debe usar el tapabocas de acuerdo con las indicaciones del Ministerio de Salud y Protección Social en espacios públicos.
- Para colocárselo y una vez retirado realice el lavado de manos.

Recomendaciones para uso de tapabocas no hospitalario para la población en general:

- Lávese las manos antes de colocarse el tapabocas de tela.
- Ajustarse bien, pero de manera cómoda contra el costado de la cara.
- Sujetarse con cintas o cordones que se enganchan en las orejas.
- Incluir múltiples capas de tela.
- Permitir respirar sin restricciones.
- Poder lavarse y secarse sin que se dañen ni cambie su forma.

|                                                                                   |                   |                                                                                                                                                        |         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
|  | PROCESO           | GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.                                   | Código  |    |
|                                                                                   | DOCUMENTO SOPORTE | Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia | Versión | 01 |

- Para retirarse los tapabocas de tela las personas deben tener cuidado de no tocarse los ojos, la nariz ni la boca.
- Lavarse las manos inmediatamente después de quitarse el tapabocas.
- Debe lavarse después de un uso continuo de 8 horas. Usar jabón /detergente que no dañe la tela del que está hecho el tapabocas.
- El tapabocas de tela después de usarlo se debe mantener en una bolsa cerrada hasta el momento de lavarlo.
- No se recomienda guardar el tapabocas de tela sin empaque en el bolso, o bolsillos sin la protección por que se pueden contaminar, romper o dañar.
- Los tapabocas no se deben dejar sin protección encima de cualquier superficie (ej. Mesas, repisas, entre otros) por el riesgo de contaminarse.

#### ● Limpieza y desinfección.

- Reforzar las rutinas de limpieza, como mínimo dos veces durante la jornada.
- Señalizar las áreas recordando el lavado correcto de manos, disposición adecuada de residuos e ingreso individual al baño.
- Al finalizar los entrenamientos se lavarán pisos con agua y jabón.
- Al término de la jornada, realizar nuevamente limpieza y desinfección.
- La persona encargada del aseo general, limpieza y desinfección además del tapabocas, debe usar guantes de caucho, al finalizar su turno laboral éstos deben ser lavados y desinfectados, también deberá utilizar protección para los ojos o protección facial (gafas o careta) para evitar contaminación de membranas mucosas y al finalizar su turno deberá empacar el uniforme o ropa con la que laboró en bolsas y posteriormente lavarla y desinfectarla con jabón y abundante agua, separada de la ropa de su familia.
- Realizar una vez al mes desinfección por aspersion al campo, pasillos y áreas comunes.
- Se dispondrán los insumos necesarios para garantizar los procesos de limpieza y desinfección, como detergentes, hipoclorito de sodio, amonio cuaternario, alcohol al 70%, los cuales NO podrán ser reenvasados en recipientes sin rotulación y serán almacenados con el debido cuidado.
- Capacitar al personal encargado de los procesos de limpieza y desinfección, sobre los protocolos de limpieza, el uso de EPP y la utilización de productos químicos.
- Seguir las recomendaciones del fabricante especificadas en las hojas de seguridad de los insumos químicos utilizados.
- Por ningún motivo se podrán hacer mezclas de productos desinfectantes.
- Se realizará limpieza y desinfección diaria de zonas comunes, puertas, ventanas y mobiliario, al iniciar y al finalizar la jornada.

|                                                                                   |                   |                                                                                                                                                        |         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
|  | PROCESO           | GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.                                   | Código  |    |
|                                                                                   | DOCUMENTO SOPORTE | Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia | Versión | 01 |

- Los pisos y baños se lavarán con detergente común y posteriormente se desinfectarán usando hipoclorito de sodio al 0.1% (por cada litro de agua se agregan 20cc de cloro a una concentración de un 5 o 5.5%), dejarlo en contacto de 5 a 10 minutos y posteriormente retirar con un paño húmedo y limpio.
- La limpieza inicial de cualquier superficie deberá hacerse con un paño limpio, húmedo y no sacudir, para evitar remover polvo.
- Las personas encargadas de la implementación del protocolo realizarán inspección y verificación de las actividades de limpieza y desinfección.
- Cada deportista realizará desinfección de su implementación deportiva y elementos de uso frecuente como, celulares, esferos, usando alcohol, agua y jabón u otras soluciones aprobadas que no ocasionen daños a los elementos.
- Se ubicarán tapetes de desinfección de calzado en la puerta de ingreso a las instalaciones.
- Las pacas y soportes serán desinfectados previo al uso y en el cambio de arquero.

#### • Manejo de residuos.

- Disponer canecas con tapa de accionar con pedal, señalizadas, con doble bolsa en las áreas de baños, para realizar una adecuada disposición final de elementos como toallas desechables, pañuelos, tapabocas convencionales, EPP deteriorados.
- Realizar limpieza y desinfección de los contenedores.
- Capacitar a los deportistas, entrenadores y personal de apoyo sobre las medidas para la correcta separación de residuos, los residuos generados en la implementación del protocolo de bioseguridad no podrán combinarse con otro tipo de residuos.
- Realizar la disposición y entrega de residuos al servicio de recolección de acuerdo a la frecuencia de recolección.
- El personal encargado de la limpieza y desinfección contará permanentemente con los EPP, los cuales deberán ser debidamente desinfectados al terminar las labores y posteriormente realizar higiene de manos.

### Medidas específicas para el desconfinamiento de las modalidades deportivas

El presente protocolo de bioseguridad está dirigido a deportistas de alto rendimiento, cuerpo técnico, empleados, contratistas y demás colaboradores de la Federación de Arqueros de Colombia, que estén involucrados en el proceso de reactivación de entrenamientos, quienes deberán adoptar y cumplir todos los lineamientos estipulados en el presente documento.

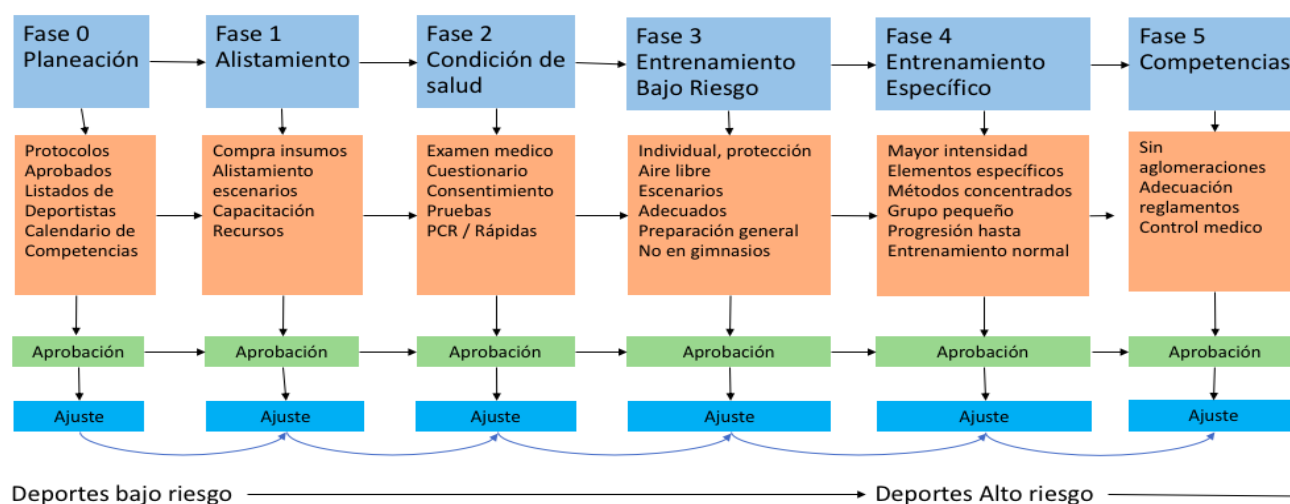
Las medidas de bioseguridad a continuación expuestas aplican para los deportistas de alto rendimiento, sus respectivos entrenadores y el personal logístico mínimo necesario, para la

|                                                                                                                           |                          |                                                                                                                                                               |                |           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------|
|  <b>La salud es de todos</b><br>Minsalud | <b>PROCESO</b>           | <b>GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.</b>                                   | <b>Código</b>  |           |
|                                                                                                                           | <b>DOCUMENTO SOPORTE</b> | <b>Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia</b> | <b>Versión</b> | <b>01</b> |

práctica deportiva de altos logros en cualquier lugar del territorio nacional. Su implementación requiere la articulación con los entes deportivos departamentales y municipales.

El inicio de la actividad deportiva y la intervención en campo no podrá hacerse por personas con algún tipo de enfermedad crónica asociada (enfermedades cardiovasculares: angina, infarto, falla cardíaca; enfermedades pulmonares: asma, EPOC; obesidad, diabetes, hipertensión arterial, tabaquismo, cáncer; enfermedades inmunosupresoras) al igual que personas con síntomas respiratorios agudos, como tos, fiebre, estornudos, dolor de garganta o en contacto con otras personas con estos síntomas, hasta nuevas indicaciones nacionales.

### Fases de Retorno a la Normalidad Deportiva



### Medidas de bioseguridad requeridas dentro de cada fase de retorno a la normalidad deportiva

La progresividad de procesos y actividades dentro de cada fase contempla las siguientes condiciones generales, las cuales deberán ser evaluadas y aprobadas para dar paso de una fase a otra:

**Fase 0 Planeación:** La Federación de Arqueros de Colombia presentará al Ministerio del Deporte el protocolo de bioseguridad para su debida revisión y aprobación, anexo al protocolo enviará al Ministerio y al Comité Olímpico Colombiano el calendario de actividades y el listado de los deportistas de la Selección Colombia convocados a retomar actividades de entrenamiento, quienes por medio de los metodólogos evaluarán y darán el aval de los deportistas autorizados para retomar dichas actividades.

|                                                                                   |                   |                                                                                                                                                        |         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
|  | PROCESO           | GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.                                   | Código  |    |
|                                                                                   | DOCUMENTO SOPORTE | Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia | Versión | 01 |

**Fase 1 Alistamiento:** La Federación realizará la respectiva adecuación del campo (poda, distribución de polígonos, limpieza, desinfección, señalización y demarcación de áreas) compra de insumos y elementos necesarios para la implementación y ejecución adecuada del protocolo de bioseguridad.

Vía online, se realizará capacitación a deportistas, personal técnico y de apoyo sobre el protocolo y las medidas de bioseguridad por la Federación de Arqueros de Colombia, se socializarán los lineamientos, orientaciones y recomendaciones de los Ministerios de Deporte, de Salud y Protección Social, “Orientaciones de medidas preventivas y de mitigación para contener la infección respiratoria aguda por COVID–19, dirigida a la población en general” y la manera de prevenirlo, en un lenguaje claro y conciso; los signos y síntomas de la enfermedad (tos, fiebre cuantificada mayor o igual a 38°C, fatiga, dolor de garganta y dificultad respiratoria, entre otros síntomas de resfriado); y sobre todo la importancia de informar oportunamente en caso de presentar alguno de estos signos.

La Federación dispondrá de los recursos físicos (insumos para limpieza y desinfección, elementos para toma de signos vitales) y humanos (personal de aseo y de apoyo) necesarios para la adecuada implementación del protocolo de bioseguridad.

**Fase 2 Condición de salud:** Los deportistas autorizados para retomar actividades deberán firmar el consentimiento informado, adjunto a este protocolo, previo al inicio, el cuál será enviado al Ministerio del Deporte para tener el debido control del consentimiento de los deportistas para realizar los entrenamientos, quienes también deberán responder la encuesta proporcionada por el CCD para dar aptitud médica

Realizar Pruebas PCR a los deportistas y al personal que tenga relación con el inicio de actividades de entrenamiento, previo al inicio de estas y controles periódicos cada 14 días con pruebas rápidas, los resultados de las pruebas deberán ser presentadas al médico tratante antes de su inicio para dar el reconocimiento médico-deportivo (aptitud médica), además deberán tener un certificación de evaluación del estado de salud general la cual se deberá hacer por telemedicina.

La Federación implementará un formato de registro de condiciones de salud diario, previo y posterior a cada sesión de entrenamiento y un cuestionario de seguimiento de condiciones de salud (formulario en línea) que deberá ser diligenciado diariamente por todo el personal que salga al campo de entrenamiento.

Ante un resultado positivo, la persona inmediatamente queda en aislamiento obligatorio por cuarentena en cumplimiento a las medidas determinadas por el Ministerio de Salud para los casos confirmados por COVID-19 y se hará seguimiento a sus nexos epidemiológicos.

La prueba de tamizaje inicial será la PCR .

|                                                                                   |                   |                                                                                                                                                        |         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
|  | PROCESO           | GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.                                   | Código  |    |
|                                                                                   | DOCUMENTO SOPORTE | Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia | Versión | 01 |

La aplicación de pruebas de seguimiento se realizará cada 14 días. Se realizarán pruebas serológicas IgG/IgM, sin cambiar el esquema de su realización durante todas las fases establecidas. Estas pruebas serán realizadas a TODO el personal de la lista y demás personal que tenga que estar involucrado en la participación del protocolo de retorno al fdeporte. (Jugadores, personal de salud, personal de logística, cuerpo técnico, directivos, personal sanitario).

**Fase 3 Entrenamiento-Bajo riesgo y Fase 4: Entrenamiento específico:** Con el reinicio de los entrenamientos la Federación velará por el cumplimiento de las condiciones de higiene y protección adecuados (uso de tapabocas, lavado de manos, distancia social), los entrenamientos se harán de forma individual, en campo al aire libre, no se podrá utilizar escenarios cerrados como gimnasios, los entrenadores adaptarán los planes de entrenamiento de acuerdo a las condiciones de cada deportista.

Es fundamental que los listados emitidos de deportistas, entrenadores y personal de apoyo sean de las personas estrictamente necesarias en los entrenamientos. No se permitirá el ingreso a las instalaciones a nadie externo por ningún motivo, esto incluye a todos los directivos del plantel y del comité organizador. El personal no incluido en los listados no hace parte del alcance de este protocolo.

Adicionalmente el cuerpo médico debe certificar que conoce el historial médico de cada uno de los miembros listados, en cuanto a co-morbilidades (hipertensión, diabetes, deficiencias respiratorias o problemas cardiovasculares) las cuales pueden aumentar la posibilidad de complicaciones frente a un posible contagio. Se recomienda excluir al deportista, entrenador, técnico o personal de apoyo que presente cuadro de hipertensión arterial y/o diabetes.

Al ingreso al escenario deportivo esta la persona que cumple la función de vigilancia de las medidas de bioseguridad. En este sitio también está la persona que realiza el control térmico diario.

El deportista deberá responder el cuestionario de seguimiento diario (preferiblemente en medio digital).

La progresividad de procesos y actividades dentro de cada fase contempla las siguientes condiciones generales:

- ✓ **Evaluación de cada fase** y autorización de paso a nueva fase solo mediante aprobación de la anterior.
- ✓ **Articulación con autoridades** de salud territoriales para aprobación de los planes específicos y articulación de acciones regionales.
- ✓ **Control de salud** permanente al deportista, entrenador y equipo de apoyo.
- ✓ **Autorresponsabilidad y autocuidado** de deportistas, personal técnico y de apoyo.
- ✓ **Corresponsabilidad** de entrenadores, federaciones, ligas, institutos departamentales, Comité Olímpico Colombiano y autoridades de salud.

|                                                                                   |                   |                                                                                                                                                        |         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
|  | PROCESO           | GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.                                   | Código  |    |
|                                                                                   | DOCUMENTO SOPORTE | Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia | Versión | 01 |

- ✓ **Garantizar adecuada preparación**, control y seguimiento especializado para prevenir lesiones.
- ✓ **Monitoreo clínico** como estrategia de control y seguimiento.
- ✓ Realización de pruebas solo en **laboratorios certificados**.
- ✓ **Articulación con las EPS** ante cualquier evidencia de enfermedad.
- ✓ **Suspensión total de actividades ante la aparición de algún caso** dentro el equipo o el personal de apoyo.
- ✓ **Optimización de pruebas** al margen de seguridad para equipos, no sobreutilización de pruebas necesarias para diagnóstico de la pandemia y teniendo en cuenta lo descrito en el documento: “Lineamientos para el uso de pruebas diagnósticas SARS-CoV-2 (COVID-19) en Colombia”, emitido desde el Ministerio de Salud

#### 4. ¿CÓMO SE REALIZA LA DESINFECCIÓN Y LIMPIEZA DE LOS ESTABLECIMIENTOS, ESCENARIOS DEPORTIVOS Y ESPACIOS DE TRABAJO?

- El personal que realiza 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 paños 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 o de las zonas de desplazamiento y trabajo con
- Varios productos de limpieza y desinfectantes vendidos en supermercados pueden eliminar el coronavirus en las superficies. Revise las recomendaciones de cada fabricante para realizar el adecuado proceso de limpieza. Consulte el listado de desinfectantes en el siguiente enlace: [https://www.epa.gov/sites/production/files/2020-03/documents/sars-cov-2-list\\_03-03-2020.pdf](https://www.epa.gov/sites/production/files/2020-03/documents/sars-cov-2-list_03-03-2020.pdf).
- Las superficies del cuarto de baño y el sanitario deben limpiarse y desinfectarse al menos una vez al día.
- 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 realizó la desinfección de superficies, déjelos secar en un lugar ventilado. Al finalizar el proceso báñese y cámbiese la ropa.

|                                                                                                                                       |                   |                                                                                                                                                        |         |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
|  <div>La salud es de todos</div> <div>Minsalud</div> | PROCESO           | GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.                                   | Código  |    |
|                                                                                                                                       | DOCUMENTO SOPORTE | Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia | Versión | 01 |

- Utilizar desinfectantes o alcohol al 70% para la limpieza de los objetos, superficies y materiales de uso constante; así como las superficies del baño (o cualquier otro objeto sobre el que se estornude o tosa).
- Manejo de residuos.
  - Identificar los residuos generados en el área de trabajo.
  - Informar a la población medidas para la correcta separación de residuos.
  - Ubicar contenedores y bolsas suficientes para la separación de residuos de acuerdo con el tipo de residuos (negro).
  - Realizar la recolección de residuos permanente y almacenamiento de residuos.
  - Realizar la limpieza y desinfección de los contenedores.
  - Realizar la presentación de residuos al servicio de recolección externa de acuerdo con las frecuencias de recolección.
  - Garantizar los elementos de protección al personal que realiza esta actividad.

## 5. PREVENCIÓN Y MANEJO DE SITUACIONES DE RIESGO DE CONTAGIO.

- El protocolo de la Federación de Arquero de Colombia se adapta y rige por las condiciones de bioseguridad emitidas en los lineamientos de regreso a entrenamientos en el contexto de la pandemia COVID-19.
- Se anexan los planes de entrenamiento (archivo de Excel) de cada deportista, en los cuales se incluyen los compromisos y obligaciones tanto de atletas como de entrenadores frente al presente protocolo, en cada sesión de entrenamiento, además de los tiempos de cada sesión. Esta información permite evidenciar y controlar las características en relación al riesgo de contagio en los campos de entrenamiento.
- Cada deportista, entrenador y personal de apoyo que desee regresar a los entrenamientos deberá firmar el consentimiento informado anexo al protocolo, en el que cada persona asume:
  - Su responsabilidad, de manera individual, en la decisión de salir a entrenar.
  - Es conocedor del riesgo de contagio a pesar de todas las recomendaciones descritas en este documento.
  - La obligación de informar en caso de aparición de síntomas relativos al COVID-19 y/o un resultado positivo en una prueba confirmatoria.
  - La federación deportiva dentro de su protocolo puede especificar la voluntariedad del regreso a los entrenamientos, de tal forma que al atleta que

|                                                                                   |                   |                                                                                                                                                        |         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
|  | PROCESO           | GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.                                   | Código  |    |
|                                                                                   | DOCUMENTO SOPORTE | Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia | Versión | 01 |

decida no reincorporarse en esta fase de entrenamientos al aire libre no sea merecedor de ningún tipo de sanción por parte de la federación.

### **Vigilancia de la salud de los deportistas, entrenadores y personal de apoyo en el contexto del Sistema de Seguridad y Salud en el Trabajo SG-SST para el retorno a la práctica deportiva**

Para garantizar el cumplimiento del protocolo de bioseguridad la Federación establece unos compromisos personales para el ingreso y permanencia en el campo:

- Ingresar con horarios que previamente se informarán.
- Diligenciar el cuestionario de seguimiento de condiciones de salud diariamente, incluyendo los días de descanso.
- Desinfectar las suelas de los zapatos, mediante tapetes de desinfección ubicados en la puerta de ingreso.
- Llegar con tiempo suficiente para realizar controles de salud (toma de temperatura y signos vitales) dejando registro diario de este.
- Manejar dos mudas de ropa (para entrenar y para salir a la calle).
- Cada atleta y personal asistencial debe portar los kits de protección y el equipo debe garantizar su disponibilidad de tapabocas y alcohol glicerinado mínimo al 60 %.
- Lavarse las manos de inmediato al ingreso y repetirlo cada 40 minutos.
- Desinfectar equipos antes y después del entrenamiento.
- Se recomienda el empleo del reposa arcos para no apoyar el arco en el suelo y evitar, por tanto, que la cuerda entre en contacto con ninguna superficie.
- Realizar el lavado y desinfección diario de la indumentaria deportiva después del entrenamiento y lavarlos de manera separada a la ropa de la familia.
- Tomar las medidas de protección necesarias en traslado casa-campo-casa.

### ***La Federación de Arqueros de Colombia se compromete a hacer el seguimiento del cumplimiento de los lineamientos establecidos:***

- Realizar Pruebas PCR a los deportistas y al personal que tenga relación con el inicio de actividades de entrenamiento, previo al inicio de estas y controles periódicos cada 14 días con pruebas rápidas, los resultados de las pruebas deberán ser presentadas al médico tratante antes de su inicio para dar el reconocimiento médico-deportivo (aptitud médica).
- Si los resultados de las pruebas rápidas salen positivos, inmediatamente se aislará la persona, suspendiendo actividades, se realizará el respectivo reporte ante al médico tratante del Ministerio del Deporte, a la Alcaldía y/o Secretaría de Salud del Municipio y a la entidad prestadora de salud de la persona.

|                                                                                   |                   |                                                                                                                                                        |         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
|  | PROCESO           | GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.                                   | Código  |    |
|                                                                                   | DOCUMENTO SOPORTE | Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia | Versión | 01 |

- Registro de condiciones de salud diario, previo y posterior a cada sesión de entrenamiento (Planilla de registro de signos vitales, temperatura, síntomas y tolerancia al entrenamiento realizado); el control de signos vitales será realizado por la persona asignada por la Federación en cada sesión (cuerpo técnico o personal administrativo) quien será el responsable de realizar la toma de signos y realizar el respectivo registro en la planilla de control. Esta persona será previamente capacitada para esta labor.
- Se tomará temperatura diaria con termómetro digital y se llevará registro diario de síntomas previo al ingreso al escenario deportivo. No se permitirá el ingreso de personas que presenten síntomas de gripa ni cuadros de fiebre mayor o igual a 38°C. Cualquier síntoma que se identifique será reportado al médico tratante y no se permitirá el ingreso hasta tanto no se descarte o confirme enfermedad.
- Diligenciamiento diario de cuestionario de seguimiento de condiciones de salud, en el cual se incluirá censo de los deportistas que viven con personas mayores de 70 años o con personas con comorbilidades preexistentes susceptibles a los efectos del contagio de COVID-19 (Diabetes, Enfermedad cardiovascular, incluye Hipertensión arterial- HTA y Accidente Cerebrovascular - ACV, VIH, Cáncer, Uso de corticoides o inmunosupresores, Enfermedad Obstructiva crónica –EPOC, obesidad, desnutrición, Fumadores) y de quienes conviven con personas que presten servicios de salud (formulario en línea [https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdB3M7FbmyvGj2TbcooGu5jsEp8RIHZ9YfzGrmdEIBASFiFQ/viewform?usp=sf\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdB3M7FbmyvGj2TbcooGu5jsEp8RIHZ9YfzGrmdEIBASFiFQ/viewform?usp=sf_link)). El cuestionario de salud será el canal de información de cualquier sospecha de síntoma o contacto con personas diagnosticadas con COVID-19.
- Antes de ingresar a las instalaciones o iniciar labores, realizar desinfección de calzado y protocolo de lavado de manos.
- Cada arquero tendrá diana individual para realizar las prácticas, la cual deberá desinfectar y guardar después de cada entrenamiento.
- Comunicación al médico tratante sobre cualquier sospecha de enfermedad, y suspensión inmediata de entrenamiento.
- Los posibles casos de contagio deberán realizar aislamiento y cuarentena inmediata en sus viviendas, iniciando el proceso de seguimiento por las autoridades y entidades de salud, teniendo las mayores medidas de protección con sus familias.
- Se notificará inmediatamente a la EPS del deportista el hecho de un posible contagio o en caso tal, de alguna prueba que sea positiva para COVID-19.
- Con el fin de velar por el cuidado de los deportistas y personas relacionadas con la Federación y sus familias, se realizarán los respectivos cercos epidemiológicos en caso de presentarse casos positivos.
- Consolidar y mantener actualizada una base de datos completa con los deportistas, entrenadores y demás personal de apoyo. Teniendo en cuenta las reservas de información.

|                                                                                   |                   |                                                                                                                                                        |         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
|  | PROCESO           | GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.                                   | Código  |    |
|                                                                                   | DOCUMENTO SOPORTE | Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia | Versión | 01 |

- Instruir a los deportistas, entrenadores y personal de apoyo 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 deportistas y entrenadores la información sobre generalidades y directrices impartidas por el Ministerio de Salud y Protección Social, 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.
- Realizar capacitaciones y socializaciones virtuales a los deportistas y entrenadores sobre:
  - ✓ Información general relacionada con los lugares en los que puede haber riesgo de exposición.
  - ✓ Factores de riesgo del hogar y la comunidad.
  - ✓ Factores de riesgo individual.
  - ✓ Signos y síntomas.
  - ✓ Importancia del reporte de condiciones de salud.
  - ✓ Medidas de promoción de la salud y prevención de la enfermedad.
- Brindar a los deportistas, entrenadores y personal de apoyo las siguientes recomendaciones:

#### **Al salir de la vivienda**

- ✓ Estar atento a las indicaciones de la autoridad local sobre restricciones a la movilidad y acceso a lugares públicos.
- ✓ Visitar solamente aquellos lugares estrictamente necesarios y evitar conglomeraciones de personas.
- ✓ Asignar un adulto para hacer las compras, que no pertenezca a ningún grupo de alto riesgo.
- ✓ Restringir las visitas a familiares y amigos o si alguno presenta cuadro respiratorio.
- ✓ No saludar con besos, ni abrazos, ni dar la mano.
- ✓ Utilizar tapabocas en el transporte público, supermercados, bancos, y demás sitios.
- ✓ En casa debe usar tapabocas en caso de presentar síntomas respiratorios o si convive con personas que pertenecen al grupo de riesgo de transmisión.

#### **Al regresar a la vivienda**

- ✓ Retirar los zapatos a la entrada y lavar la suela con agua y jabón.

|                                                                                   |                   |                                                                                                                                                        |         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
|  | PROCESO           | GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.                                   | Código  |    |
|                                                                                   | DOCUMENTO SOPORTE | Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia | Versión | 01 |

- ✓ Lavar las manos de acuerdo con los protocolos del Ministerio de Salud y Protección Social.
- ✓ Evitar saludar con beso, abrazo y dar la mano y buscar mantener siempre la distancia de más de dos metros entre personas.
- ✓ Antes de tener contacto con los miembros de familia, cambiarse de ropa.
- ✓ Mantener separada la ropa de trabajo de las prendas personales.
- ✓ La ropa debe lavarse en la lavadora o a mano con agua caliente que no queme 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
- ✓ Bañarse con abundante agua y jabón.
- ✓ Mantener la casa ventilada, limpiar y desinfectar áreas, superficies y objetos de manera regular.
- ✓ Si hay alguna persona con síntomas de gripa en la casa, tanto la persona con síntomas de gripa como quienes cuidan de ella deben utilizar tapabocas de manera constante en el hogar.

### Convivencia con una persona de alto riesgo

Si el deportista y/o entrenador convive con personas mayores de 70 años, o con personas con enfermedades preexistentes de alto riesgo para el COVID-19, (Diabetes, Enfermedad cardiovascular -Hipertensión Arterial- HTA, Accidente Cerebrovascular – ACV, VIH, Cáncer, Uso de corticoides o inmunosupresores, Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica -EPOC, obesidad, desnutrición, Fumadores) o con personal de servicios de salud, debe extremar medidas de precaución tales como:

- ✓ Mantener la distancia siempre mayor a dos metros.
- ✓ Utilizar tapabocas en casa, especialmente al encontrarse en un mismo espacio que la persona a riesgo y al cocinar y servir la comida.
- ✓ Aumentar la ventilación del hogar.
- ✓ Si es posible, asignar un baño y habitación individual para la persona a riesgo. Si no es posible, aumentar ventilación y limpieza y desinfección de superficies de todas las áreas del hogar.
- ✓ Cumplir a cabalidad con las recomendaciones de lavado de manos e higiene respiratoria impartidas por el Ministerio de Salud y Protección Social.
- ✓ Lavar y desinfectar en forma regular pisos, paredes, puertas y ventanas, e incrementar estas actividades en las superficies de los closets, roperos, armarios, barandas, pasamanos, picaportes, interruptores de luz, puertas, gavetas, topes de puertas,

|                                                                                   |                   |                                                                                                                                                        |         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
|  | PROCESO           | GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.                                   | Código  |    |
|                                                                                   | DOCUMENTO SOPORTE | Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia | Versión | 01 |

muebles, juguetes, bicicletas, y todos aquellos elementos con los cuales las personas de la familia tienen contacto constante y directo.

- ✓ La limpieza y desinfección debe realizarse procurando seguir los pasos: i) retiro de polvo, ii) lavado con agua y jabón, iii) enjuague con agua limpia y iv) desinfección con productos de uso doméstico.
- ✓ Limpiar y desinfectar todo aquello que haya estado en el exterior de la vivienda o que es de manipulación diaria, como: computadores, mouse, teclados, celulares, teléfonos fijos, control remoto, otros equipos electrónicos de uso frecuente, que se limpian empleando un paño limpio impregnado de alcohol o con agua y jabón, teniendo precaución para no averiarlos.
- ✓ Lavar con regularidad fundas, sabanas, toallas, etc.

## 6. Manejo de situaciones de riesgo:

- Todas las personas relacionadas en reinicio de entrenamientos deben tener su afiliación de EPS al día y deberán informar a sus respectivas EPS y ARL cuando aplique, el inicio de actividades.

El protocolo a seguir ante la identificación de síntomas o diagnóstico de COVI-19 en deportistas, entrenadores o personal de apoyo será:

- Investigar de inmediato, en caso de ausencia de un deportista en su horario.
- Reportar a la persona en cargada del protocolo de bioseguridad de la Federación cualquier eventualidad en salud, quien deberá activar mecanismos de acción y comunicación ante el Ministerio y autoridades de salud competentes.
- Desarrollar el proceso de vigilancia para detectar algún deportista entrenador y/o personal de apoyo con síntomas respiratorios, mediante la encuesta diaria de condiciones de salud. El proceso de vigilancia se realizará a través de la persona en cargada da la implementación y administración del protocolo de bioseguridad.
- Con el fin de velar por el cuidado de los deportistas y personas relacionadas con la Federación y sus familias, se realizarán los respectivos cercos epidemiológicos en caso de presentarse casos positivos.
- Cuando alguno de los deportistas, entrenadores y/o personal de apoyo experimente síntomas respiratorios, fiebre o sospecha de contagio del coronavirus COVID-19, se realizará aislamiento preventivo en su lugar de residencia no debe asistir a la sesión de entrenamiento de ese día, para lo cual debe colocarse tapabocas, dejarlo en una zona aislada y avisar a la EPS, para que establezcan los pasos a seguir.
- Se deberá aislar de manera preventiva, a las personas con nexo epidemiológico (compañeros de entrenamiento) de los casos confirmados y/o sospechosos.
- Coordinar con la EPS para que realicen apoyo al seguimiento en la prevención, detección y seguimiento al estado de salud de los atletas, incluyendo estrategias de búsqueda

|                                                                                   |                   |                                                                                                                                                        |         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
|  | PROCESO           | GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.                                   | Código  |    |
|                                                                                   | DOCUMENTO SOPORTE | Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia | Versión | 01 |

activa aleatoria de COVID - 19, si es el caso, para toma de pruebas diagnósticas o de tamizaje.

- El deportista debe informar a la EPS en las líneas de atención que ésta disponga para que inicie el protocolo estipulado por el Ministerio de Salud y Protección Social.
- Se le debe informar a la ARL sobre los casos sospechosos o confirmados para que realicen el seguimiento respectivo.

## 7. Establecer el monitoreo de síntomas de contagio de COVID-19 entre deportistas y entrenadores

Se realizarán charlas informativas periódicas a deportistas, entrenadores y personal de apoyo respecto a la implementación de medidas de prevención (distanciamiento físico, correcto lavado de manos, cubrimiento de nariz y boca con la cara interna del brazo al toser), uso adecuado de elementos de protección personal e identificación de síntomas (fiebre, tos seca, dificultad para respirar, dolor de garganta, fatiga/malestar general).

Para realizar un adecuado monitoreo entre deportistas y entrenadores se llevarán a cabo las siguientes medidas:

- ✓ Llevar un registro de identificación de atletas y personal asistencial que participa en las sesiones de entrenamiento, lugar y horario de entrenamiento, que sirva de referencia para las autoridades sanitarias en caso de que algún trabajador salga positivo para COVID-19, de modo que puedan rastrearse los contactos.
- ✓ Asegurar que se cumplan las disposiciones y recomendaciones de las autoridades de salud en relación a la prevención del contagio por COVID-19.
- ✓ Realizar seguimiento obligatorio, previo al inicio del entrenamiento mediante una encuesta digital en busca de datos epidemiológicos y determinar situaciones de riesgo que puedan influir en la salida o no del deportista y/o entrenador a la reanudación de los entrenos. (Encuesta en línea condiciones de salud)
- ✓ Realizar seguimiento obligatorio, sobre el estado de salud y temperatura del deportista y personal de acompañamiento en cada una de las sesiones de entrenamiento. (Formatos de registro de signos y síntomas).
- ✓ No permitir el ingreso y/o acompañamiento a las instalaciones, de personas que presenten síntomas de gripa ni cuadros de fiebre igual o mayor a 38°C.
- ✓ Antes de ingresar a las instalaciones o iniciar labores, realizar el protocolo de lavado de manos.
- ✓ La encuesta diaria de condiciones de salud será el canal de información para que los deportistas, entrenadores y personal de apoyo informen cualquier sospecha de síntoma o contacto con personas diagnosticadas con COVID-19., además los deportistas podrán

|                                                                                   |                   |                                                                                                                                                        |         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
|  | PROCESO           | GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.                                   | Código  |    |
|                                                                                   | DOCUMENTO SOPORTE | Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia | Versión | 01 |

informar de manera inmediata cualquier suceso que altere sus condiciones de salud mediante el WhatsApp a sus entrenadores quienes deberán reportar oportunamente a la persona encargada de la administración del protocolo de bioseguridad y/o al médico asignado para orientar a los deportistas y activar el protocolo a seguir.

- ✓ Promover la descarga de la aplicación CoronApp, disponible en Android e IOS, para reportar su estado de salud y de su grupo familiar.
- ✓ Se consolidará y mantendrá actualizada una base de datos completa de las personas autorizadas para salir a los entrenamientos, manejando en cuenta las reservas de información que establece la normativa vigente.
- ✓ Se anexa al presente protocolo listado de los deportistas y entrenadores de la Selección Colombia con la cual atenderemos clasificatorios internacionales 2020 y primer trimestre 2021, a quienes se les autoriza a salir en este nivel de riesgo.
- ✓ Todos los autorizados deberán estar afiliados al sistema de seguridad social integral.

## 8. Pasos a seguir en caso de identificar una persona con síntomas compatibles con COVID-19.

Si una persona presenta síntomas de COVID-19 como: fiebre, tos, dificultad para respirar, dolor de garganta, fatiga/malestar general, se cumplirá con el siguiente procedimiento:

- ✓ Comunicar el caso al médico.
- ✓ Conforme a los protocolos establecidos por las autoridades de salud en Colombia, deberá informar si ha viajado a zonas consideradas como focos de infección o ha estado en contacto estrecho (a menos de 2 metros por más de 15 minutos) con un caso confirmado de COVID-19.
- ✓ El Centro de Ciencias del deporte deberá reportar el caso a la EPS y a la Secretaría de salud que corresponda para que evalúen su estado de salud, quienes determinarán si se debe trasladar a su casa con un aislamiento preventivo para síntomas leves y en el caso de dificultad para respirar, dolor en el pecho o convulsiones lo deben trasladar a un centro médico en una ambulancia de forma inmediata.
- ✓ Si una de las personas autorizadas a salir se encuentra en su casa y presenta síntomas de fiebre, tos, dificultad para respirar o un cuadro gripal, deberá contactarse telefónicamente con el médico encargado de su deporte para poner en su conocimiento la situación y tanto el Centro de Ciencias del Deporte como la persona afectada deberán reportar el caso a la EPS, ARL y a la secretaria de salud que corresponda para que evalúen su estado.
- ✓ Realizar una lista con todas las personas que han estado en contacto estrecho (a menos de 2 metros por más de 15 minutos) con el caso confirmado en los últimos 14 días. Dicha lista se entregará a la Secretaría de Salud correspondiente para dar seguimiento y los contactos identificados estarán en aislamiento preventivo por 14 días. Este grupo de personas deberán reportar el cambio de su condición en la aplicación CoronApp.

|                                                                                   |                   |                                                                                                                                                        |         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
|  | PROCESO           | GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.                                   | Código  |    |
|                                                                                   | DOCUMENTO SOPORTE | Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia | Versión | 01 |

- ✓ Se deben limpiar y desinfectar con alcohol al 70% de manera frecuente, todas las superficies, los puestos de trabajo, espacios comunes y todas las áreas del centro como: pisos, paredes, puertas, ventanas, divisiones, muebles, sillas, y todos aquellos elementos con los cuales las personas tienen contacto constante y directo como computadores, teclados, mouse, teléfonos, auriculares, elementos de entrenamiento, en especial las superficies con las que ha estado en contacto con las personas.
- ✓ Las áreas como pisos, baños, cocinas se deben lavar con un detergente común, para luego desinfectar.
- ✓ La persona encargada del aseo general, limpieza y desinfección además del tapabocas, deberá usar guantes de caucho, al finalizar su turno laboral éstos deben ser lavados y desinfectados, también deberá utilizar protección para los ojos o protección facial (gafas o careta) para evitar contaminación de membranas mucosas y al finalizar su turno deberá empacar el uniforme o ropa con la que laboró en bolsas y posteriormente lavarla y desinfectarla con jabón y abundante agua, separada de la ropa de su familia.
- ✓ Se garantizará que el personal pueda realizar el lavado de manos de manera frecuente durante las sesiones de entrenamiento, para lo cual se contarán con los insumos necesarios agua limpia, jabón y toallas de un único uso.

## 9. Plan de comunicaciones

- ✓ La Federación establecerá diferentes canales de información y comunicación interna (chats, correo electrónico, videoconferencias) para facilitar el conocimiento sobre Seguridad y Salud en el Trabajo (SST), la prevención y el manejo de la pandemia del COVID-19 para que todo el personal relacionado con la reactivación de entrenamientos estén conscientes de las condiciones de salud y entrenamiento que deberán ser asumidas con responsabilidad a través de comportamientos saludables en el entorno de entrenamiento y familiar.
- ✓ A través de los canales de comunicación establecidos se divulgarán las medidas contenidas en el presente protocolo y la información sobre generalidades y directrices dadas 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 COVID-19 en el territorio nacional, así como lineamientos dados en el departamento o municipio donde el deportista vaya a realizar sus entrenamientos.
- ✓ Realizar difusión de información a través de las redes sociales de la Federación y señalización en campo, sobre las medidas de prevención y atención, apoyándonos en las infografías y demás lineamientos expedidos por el Ministerio de Salud y Protección Social.
- ✓ Realizar charlas virtuales informativas respecto de la implementación de medidas de prevención (distanciamiento físico, correcto lavado de manos, cubrimiento de nariz y boca con la cara interna del brazo al toser), uso adecuado de elementos de protección personal e identificación de síntomas (fiebre, tos seca y dificultad para respirar).

|                                                                                   |                   |                                                                                                                                                        |         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
|  | PROCESO           | GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.                                   | Código  |    |
|                                                                                   | DOCUMENTO SOPORTE | Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia | Versión | 01 |

- ✓ La Federación mantendrá las líneas de contacto con las autoridades pertinentes en caso de cualquier emergencia.

## 10. NORMATIVA Y OTROS DOCUMENTOS EXTERNOS

- Propuesta para apertura de entrenamientos en atletas de alto rendimiento, Ministerio del Deporte Comité Olímpico Colombiano. 2020.
- 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 0397: Limitación de los eventos y sitios masivos a un máximo de 50 personas.
- Resolución 385 del 12 de marzo de 2020 del Ministerio de Salud y Protección Social: Por el cual se declara la emergencia sanitaria por causa del coronavirus COVID-19 y se adoptan medidas para hacer frente al virus.
- Decreto 417 del 17 de marzo 2020: Por el cual se declara un Estado de Emergencia Económica, Social y Ecológica en todo el territorio Nacional.
- Decreto 476 del 25 de marzo de 2020: Por el cual se dictan medidas tendientes a garantizar la prevención, diagnóstico y tratamiento del Covid-19 y se dictan otras disposiciones, dentro del Estado de Emergencia Económica, Social y Ecológica
- Circular conjunta 001 del 11 de abril de 2020: Orientaciones sobre medidas preventivas y de mitigación para reducir la exposición y contagio por infección respiratoria aguda causada por el covid-19.
- Decreto 539 del 13 de abril 2020: Por el cual se adoptan medidas de bioseguridad para mitigar, evitar la propagación y realizar el adecuado manejo de la pandemia del Coronavirus COVID-19, en el marco del estado de emergencia económica, social y ecológica.
- Resolución 666 del 24 de abril 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 Coronavirus COVID-19.  
<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/resolucion-666-de-2020.pdf>
- Decreto 749 del 28 de mayo de 2020: Por el cual se imparten instrucciones en virtud de la emergencia sanitaria generada por la pandemia del Coronavirus COVID-19, y el mantenimiento del orden público.

## 11. DOCUMENTOS ASOCIADOS AL PROTOCOLO

|                                                                                   |                   |                                                                                                                                                        |         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
|  | PROCESO           | GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.                                   | Código  |    |
|                                                                                   | DOCUMENTO SOPORTE | Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia | Versión | 01 |

- Ministerio de Salud y Protección Social, GIPG13 Orientaciones de medidas preventivas y de mitigación para contener la infección respiratoria aguda por COVID-19, dirigidas a la población en general., 2020.  
<https://www.minsalud.gov.co/Ministerio/Institucional/Procesos%20y%20procedimientos/GIPG13.pdf>
- Ministerio de Salud y Protección Social, GIPG18, Lineamientos generales para el uso de tapabocas convencional y máscaras de alta eficiencia, 2020, Disponible en: <https://www.minsalud.gov.co/Ministerio/Institucional/Procesos%20y%20procedimientos/GIPS18.pdf>
- Ministerio de Salud y Protección Social, GIPG14, Orientaciones de medidas preventivas y de mitigación para contener la infección respiratoria aguda por COVID-19, medidas a adoptar por el personal de centro de llamadas telefónicas y de atención a usuarios. 2020, Disponible en: <https://www.minsalud.gov.co/Ministerio/Institucional/Procesos%20y%20procedimientos/GIPG14.pdf>
- Ministerio de Salud y Protección Social, GIPG32, Lineamientos de Bioseguridad para la actividad física al aire libre en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia, Disponible en: [https://www.minsalud.gov.co/Ministerio/Institucional/Procesos\\_y\\_procedimientos/GIPS32.pdf](https://www.minsalud.gov.co/Ministerio/Institucional/Procesos_y_procedimientos/GIPS32.pdf)
- Ministerio de Salud y Protección Social, GIPG16, Orientaciones para la limpieza y desinfección de la vivienda como medida preventiva y de mitigación para contener la infección respiratoria aguda por COVID-19. Disponible en: [https://minsalud.gov.co/Ministerio/Institucional/Procesos\\_y\\_procedimientos/GIPG16.pdf](https://minsalud.gov.co/Ministerio/Institucional/Procesos_y_procedimientos/GIPG16.pdf)
- Ministerio de Salud y Protección Social, GIPG21, Lineamientos para uso de pruebas diagnósticas de SARS-CoV-2 (COVID-19 en Colombia, Disponible en: <https://www.minsalud.gov.co/Ministerio/Institucional/Procesos%20y%20procedimientos/GIPS21.pdf>

## 12. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ministerio de Salud y Protección Social, Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia.

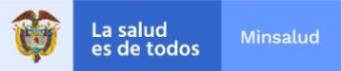
Este protocolo se socializará con las Ligas de Tiro con Arco.

JUNTA DIRECTIVA FEDERACIÓN DE ARQUEROS DE COLOMBIA

COMISIÓN TÉCNICA NACIONAL



MARIA EMMA GAVIRIA PIEDRAHITA

|                                                                                   |                   |                                                                                                                                                        |         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
|  | PROCESO           | GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.                                   | Código  |    |
|                                                                                   | DOCUMENTO SOPORTE | Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia | Versión | 01 |

Presidente

|                                                                                   |                   |                                                                                                                                                        |         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
|  | PROCESO           | GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.                                   | Código  |    |
|                                                                                   | DOCUMENTO SOPORTE | Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia | Versión | 01 |

Lista de Anexos:

## 1. Modelo 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:

|                                                                                   |                   |                                                                                                                                                        |         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
|  | PROCESO           | GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.                                   | Código  |    |
|                                                                                   | DOCUMENTO SOPORTE | Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia | Versión | 01 |

## 2. Listado Selección Colombia

| <div>  <b>LISTADO DE DEPORTISTAS Y ENTRENADORES AUTORIZADOS POR LA FEDERACIÓN DE ARQUEROS DE COLOMBIA AL REGRESO A ENTRENAMIENTOS DEPORTIVOS</b> </div> |                     |                    |            |           |                  |      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|--------------------|------------|-----------|------------------|------|
| SELECCIÓN COLOMBIA CON LA CUAL SE REPRESENTARÁ AL PAÍS EN CLASIFICATORIOS INTERNACIONALES 2020 Y 2021 PRIMER TRIMESTRE                                                                                                                   |                     |                    |            |           |                  |      |
| Nº                                                                                                                                                                                                                                       | Nombres             | Apellidos          | Función    | Modalidad | Nº Doc Identidad | Liga |
| 1                                                                                                                                                                                                                                        | Ana María           | Rendón Martínez    | Atleta     | Recurvo   | 1036598467       | ANT  |
| 2                                                                                                                                                                                                                                        | Valentina           | Contreras Pérez    | Atleta     | Recurvo   | 1128390883       | VAL  |
| 3                                                                                                                                                                                                                                        | Valentina           | Acosta Giraldo     | Atleta     | Recurvo   | 1193386119       | VAL  |
| 4                                                                                                                                                                                                                                        | Maira Alejandra     | Sepúlveda Villa    | Atleta     | Recurvo   | 1039624862       | ANT  |
| 5                                                                                                                                                                                                                                        | Daniel Felipe       | Pineda Osorio      | Atleta     | Recurvo   | 1088312575       | VAL  |
| 6                                                                                                                                                                                                                                        | Andrés Manuel       | Pila Solano        | Atleta     | Recurvo   | 1049562539       | BOL  |
| 7                                                                                                                                                                                                                                        | Jorge Antonio       | Enríquez Noreña    | Atleta     | Recurvo   | 1107526343       | VAL  |
| 8                                                                                                                                                                                                                                        | Santiago            | Arcila Arango      | Atleta     | Recurvo   | 1017276105       | BOL  |
| 9                                                                                                                                                                                                                                        | Sara José           | López Bueno        | Atleta     | Compuesto | 1088326143       | RIS  |
| 10                                                                                                                                                                                                                                       | Alejandra Milena    | Usquiano Gómez     | Atleta     | Compuesto | 1128457309       | VAL  |
| 11                                                                                                                                                                                                                                       | Alexandra           | Sandino Borrais    | Atleta     | Compuesto | 1130595959       | CES  |
| 12                                                                                                                                                                                                                                       | Nora Cecilia        | Valdez Gómez       | Atleta     | Compuesto | 1010235392       | BOG  |
| 13                                                                                                                                                                                                                                       | Daniel Fernando     | Muñoz Pérez        | Atleta     | Compuesto | 1128420145       | VAL  |
| 14                                                                                                                                                                                                                                       | Manuel Sebastián    | Arenas Díaz        | Atleta     | Compuesto | 1039472052       | ANT  |
| 15                                                                                                                                                                                                                                       | Juan Fernando       | Bonilla Serna      | Atleta     | Compuesto | 1152452785       | ANT  |
| 16                                                                                                                                                                                                                                       | Julián Andrés       | García Estrada     | Entrenador | Recurvo F | 8027976          |      |
| 17                                                                                                                                                                                                                                       | Jorge Antonio       | Millán Fernández   | Entrenador | Recurvo M | 478530           |      |
| 18                                                                                                                                                                                                                                       | Heber David Ricardo | Mantilla Hernández | Entrenador | Compuesto | 11113952         |      |

|                                                                                   |                   |                                                                                                                                                        |         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
|  | PROCESO           | GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.                                   | Código  |    |
|                                                                                   | DOCUMENTO SOPORTE | Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia | Versión | 01 |

### 3. Calendario de actividades

#### CALENDARIO DE ACTIVIDADES 2020 - INTERNACIONAL-

Versión Sujeta a cambios a causa de normativas nacionales e internacionales por Covid19

| FECHA                 | EVENTO                                                                                                                                                                    | LUGAR                  |
|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| Agosto 1-9 (PC)       | Hyundai Archery World Cup 1 -WRE-                                                                                                                                         | Por Confirmar- Europa- |
| Septiembre 1-9 (PC)   | Hyundai Archery World Cup 2 -WRE-                                                                                                                                         | Antalya, Turquía       |
| Septiembre 12-20 (PC) | Ciudad Medellín - WRE-<br>Campeonato Internacional Ranking del Mundo<br>Clasificatorio de Compuesto a World Games<br>Clasificatorio a Juegos Panamericanos de la Juventud | Medellín, Colombia     |
| Septiembre 26-27 (PC) | Hyundai Archery World Cup Final                                                                                                                                           | Shanghai, China        |

#### CALENDARIO DE ACTIVIDADES 2020

Versión Sujeta a cambios a causa de normativas nacionales por Covid19

| FECHA                          | EVENTO                                                                                                                                                           | LUGAR                  |
|--------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| Julio 17-20 (PC)               | Campeonato Nacional Interligas -2da Parada-<br>Circuito Nacional - Categoría Única y Open/discapacidad                                                           | Medellín, Colombia     |
| Agosto 01-04 (PC)              | Campeonato Nacional Interligas -JUVENIL- 2da Parada<br>Circuito Nacional - Categorías Juvenil - Cadete- Infantil- /<br>+ Veteranos                               | Medellín, Colombia     |
| Septiembre 17-20 (PC)          | Campeonato Nacional Interligas -3ra Parada-<br>Circuito Nacional - Categoría Única- y Open/discapacidad                                                          | Medellín, Colombia     |
| Octubre 01-04 (PC)             | Campeonato Nacional Interligas -JUVENIL- 3ra Parada<br>Circuito Nacional - Categorías Juvenil - Cadete- Infantil- Open/<br>y Veterano.                           | Medellín, Colombia     |
| Octubre 31 - Noviembre 01 (PC) | <b>FINAL</b> - Campeonato Nacional Interligas-<br>Circuito Nacional<br>Define y establece los Campeones Nacionales en las<br>categorías única, Juvenil y Cadete. | Valledupar, Cesar      |
| Octubre - Noviembre (PC)       | III Juegos Universitarios -Ascun- Arquería-                                                                                                                      | Cordoba, Colombia      |
| Noviembre 19-22 (PC)           | Campeonato Nacional Indoor                                                                                                                                       | Cundinamarca- Colombia |

|                                                                                                                                       |                   |                                                                                                                                                        |         |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
|  <div>La salud es de todos</div> <div>Minsalud</div> | PROCESO           | GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.                                   | Código  |    |
|                                                                                                                                       | DOCUMENTO SOPORTE | Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia | Versión | 01 |

#### 4. Infografía medidas de higiene y bioseguridad



|                                                                                   |                   |                                                                                                                                                        |         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
|  | PROCESO           | GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.                                   | Código  |    |
|                                                                                   | DOCUMENTO SOPORTE | Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia | Versión | 01 |

# CORONAVIRUS



## ¿CÓMO USAR EL TAPABOCAS?



01

Antes de ponértelo lavate las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.



04

Evita tocarlo mientras lo usas; si lo haces, lavate las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.



02

Cubrite la boca y la nariz con el tapaboca



05

Cámbialo tan pronto como esté húmedo y no reutilices los tapabocas de un solo uso.



03

Asegurate de que no haya espacios entre tu cara y el tapaboca.



06

Quitálo por detrás (no toques la parte delantera).



07

Si es descartable deséchalo inmediatamente en un recipiente cerrado y lavate las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón. Si es reutilizable, retíralo de la misma forma e higienízalo como lo indique el fabricante.

!

## IMPORTANTE

- >Debe quedar ajustado pero cómodo contra el puente nasal y el costado de la cara.
- >Asegurado con lazos o elásticos para las orejas.
- >Con múltiples capas de tela (al menos 2).
- >Debe permitir la respiración sin restricciones.

|                                                                                   |                      |          |                   |                                                                                                                                                        |         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
|  | La salud es de todos | Minsalud | PROCESO           | GESTIÓN DE LAS INTERVENCIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.                                   | Código  |    |
|                                                                                   |                      |          | DOCUMENTO SOPORTE | Lineamiento de bioseguridad para el regreso al entrenamiento de los deportistas de altos logros en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Colombia | Versión | 01 |

## Medidas de prevención al salir de la vivienda



**1** Si sale en carro particular limpie las manillas de las puertas, el volante o timón con alcohol o pañitos desinfectantes.



**2** No salude con besos ni abrazos, ni de la mano.



**3** Asigne **un** adulto para hacer las compras.

**4** Esté atento a las indicaciones de la autoridad local sobre restricciones dadas a movilidad y acceso a lugares públicos, como centros comerciales, clínicas, hoteles, restaurantes. Visite solamente aquellos lugares estrictamente necesarios y evite conglomeraciones de personas.

**5** Restrinja las visitas a familiares y amigos si alguno presenta cuadro respiratorio.



## Medidas de prevención al regresar a la vivienda

**1** Cuando ingrese a la vivienda quítese los zapatos y lave la suela con agua y jabón.



**2** Antes de tener contacto con los miembros de su familia, cámbiese de ropa, y evite saludarlos con beso, abrazo y darles la mano.

**3** Mantenga separada la ropa de trabajo de las prendas personales.

**4** Báñese con abundante agua y jabón.



**5** Haga el lavado de manos de acuerdo a los protocolos.



**6** Desinfecte los elementos que han sido manipulados al exterior de la vivienda.



**7** Si lleva alguna compra, desinfecte el empaque y colóquela en una superficie limpia.



**8** Coloque los productos en la nevera o despensa después de ser lavados o desinfectados.



**BOGOTÁ, D.C. - Marzo de 2020**