



Universidad de  
**La Sabana**

**PROTOCOLO PARA EL  
PRÉSTAMO DE  
IMPLEMENTOS DEPORTIVOS  
EN TIEMPOS DE COVID-19**

**Versión No. 1.0**

**Chía, 1 de julio de 2021**

**CONTROL DE CAMBIOS**

<b>Fecha</b>	<b>Versión</b>	<b>Descripción de la modificación</b>
1.julio.2021	1.0	Creación del documento

**CONTROL DE APROBACIONES**

<b>Elaboración</b>	<b>Revisión</b>	<b>Aprobación</b>
Jorge Andrés Ruge Coordinador de Desarrollo Deportivo	Edwin Roberto González Director de Salud y Seguridad Industrial	Miguel Ángel Reina Jefe de Desarrollo Deportivo

## TABLA DE CONTENIDO

1. OBJETIVO
2. ALCANCE
3. JUSTIFICACIÓN
4. AMBITO DE APLICACIÓN
5. NORMATIVA
6. PROCESO REGULATORIO
7. MEDIDAS DE BIOSEGURIDAD
8. PREVENCIÓN Y MANEJO DE SITUACIONES DE RIESGO DE CONTAGIO
9. PLAN DE COMUNICACIONES
10. CONSIDERACIONES FINALES
11. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

## 1. OBJETIVO

Orientar las medidas que, en el marco de la pandemia generada por el nuevo coronavirus COVID-19, deberán ser adoptadas para la práctica del tenis de mesa en la Universidad de La Sabana, tanto por la comunidad universitaria como externa, con el fin de disminuir el riesgo de contagio y contribuir al desarrollo físico y mental de la sociedad.

## 2. ALCANCE

Establecer las medidas propuestas que cobijan la práctica libre en la Universidad de La Sabana, de acuerdo a los niveles de riesgo identificados por el Ministerio del Deporte, así como a los deportistas, aficionados, entrenadores y personal logístico para el retorno a la práctica deportiva durante el tiempo libre.

Este protocolo está dirigido a toda la comunidad universitaria que vaya a estar involucrada en las actividades al aire libre, organizadas en la Universidad de La Sabana.

## 3. JUSTIFICACIÓN

La enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19) es una enfermedad respiratoria causada por el virus SARS-CoV2. Se ha propagado desde China hacia un gran número de países alrededor del mundo, generando un impacto en cada uno de ellos a nivel de mortalidad, morbilidad y en la capacidad de respuesta de los servicios de salud, así mismo pueden afectar todos los aspectos de la vida diaria y las actividades económicas y sociales, incluyendo la práctica deportiva.

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

Las medidas generales de bioseguridad son indicadas en la Resolución 991 "Por medio de la cual se adopta el protocolo de bioseguridad para el manejo y control del riesgo del Coronavirus COVID-19 en las actividades relacionadas con el entrenamiento de los deportistas de alto rendimiento, profesionales y recreativos"

#### 4. ÁMBITO DE APLICACIÓN

El presente lineamiento aplica para usuarios de programas, actividades y/o servicios deportivos tanto internos como externos en edades comprendidas entre los 15 y 60 años, acompañantes, entrenadores, personal administrativo y logístico.

*Es importante que la reactivación de la práctica deportiva en medio de la crisis sanitaria es voluntaria, y la decisión de no retomar la práctica deportiva, no acarreará en ningún caso, sanciones de tipo deportivo o disciplinario.*

Todas las que solicitan material deportivo y participan en actividades al aire libre como fútbol tenis, bádminton, voleibol prado y tenis de mesa en la Universidad de La Sabana, deberán respetar las medidas generales-sanitarias de bioseguridad adoptadas en cuanto a higiene y control en eventos al aire libre, así como el uso de elementos de protección desde su ingreso al perímetro y permanencia en la Universidad, con el fin de disminuir el riesgo de transmisión del virus de humano a humano durante el evento o permanencia en el campus. El aforo para estas actividades durante práctica libre, será de máximo 2 personas por juego.

#### 5. NORMATIVA

El protocolo se construye bajo la siguiente normatividad:

Resolución No. 777 de 2021. Por el cual se definen los criterios y condiciones para el desarrollo de las actividades económicas, sociales y del Estado y se adopta el protocolo de bioseguridad para la ejecución de estas.

Resolución No. 991 de 2020. Protocolo de bioseguridad para las actividades relacionadas con el entrenamiento de los deportistas de alto rendimiento, profesionales y recreativos.

#### 6. PROCESO REGULATORIO

##### **Abstenerse de realizar una práctica si:**

1. Tiene o tuvo en los últimos 14 días síntomas como: fiebre, secreción nasal, tos seca o dificultad respiratoria.
2. Tuvo contacto con alguien COVID-19 positivo en los últimos 14 días.

3. Está dentro del grupo de riesgo establecido por el Ministerio de salud, o tiene alguna pre-existencia.

### **Señalización**

Todas las áreas deberán estar debidamente señalizadas.

En cada escenario los deportistas encontrarán un aviso con el aforo de cada escenario y la indicación del uso obligatorio del tapabocas.

Los usuarios deben reconocer los puntos para el lavado frecuente de manos según las recomendaciones.

### **Pasos para solicitar implementos de practica libre:**

- ✓ Realizar la fila en la ventanilla con el respectivo distanciamiento, donde solo las personas que soliciten material deportivo pueden acercarse.
- ✓ Presentar el carné de estudiante en ventanilla de la unidad de deportes campus central, pero antes de ello el deportista deberá desinfectarse las manos al igual que el carnet.
- ✓ El material se entregará desinfectado y se informa al estudiante cumplir con protocolo y el buen uso del escenario.
- ✓ Al terminar la práctica, regresará el implemento el cual será nuevamente desinfectado.

### **7. MEDIDAS DE BIOSEGURIDAD:**

#### **• Medidas generales.**

Las medidas que han demostrado mayor evidencia para la contención de la transmisión del virus son tres:

- Lavado de manos.
- Distanciamiento físico (1mt de distancia).
- Uso de tapabocas en áreas donde no se puede mantener una distancia mayor de 1 metro.

Adicional a estas medidas y teniendo en cuenta los mecanismos de diseminación del virus (gotas y contacto), se debe fortalecer los procesos de limpieza y desinfección de equipos, elementos e insumos, el manejo de residuos producto de la actividad o sector, adecuado uso de Elementos de Protección Personal-EPP y optimizar la ventilación del lugar y el cumplimiento de condiciones higiénicas sanitarias.

A continuación, se describen de manera puntual las medidas que han demostrado mayor evidencia para la contención de la transmisión del virus.

• **Lavado de manos.**

- Disponer de los insumos para realizar la higiene de manos con agua potable, jabón y toallas de un solo uso (toallas desechables).
- Disponer suministros de alcohol glicerinado mínimo al 60% máximo 95%.
- Disponer de alcohol glicerinado en lugares de acceso fácil y frecuente por parte de las personas que acuden al centro de práctica.
- Disponer en áreas comunes y zonas de trabajo de puntos para el lavado/desinfección frecuente de manos según las recomendaciones del Ministerio de Salud.
- Garantizar que el personal se pueda realizar el lavado de manos por los menos 6 veces al día.
- Organizar turnos para realizar el lavado de manos con el fin de que no se presenten, un mayor número de personas en el baño.
- Intensificar las acciones de información, educación y comunicación para el desarrollo de esta actividad.

Técnica de lavado de manos:

- Realizar el lavado de manos con agua y jabón cuando las manos están visiblemente sucias, antes y después de ir al baño, antes y después de comer, después de estornudar en las manos, antes de colocarse al tapabocas y una vez retirado.
- Realizar la higiene de manos con alcohol glicerinado siempre y cuando las manos estén visiblemente limpias y no se tenga contaminación con fluidos corporales.
- Recordar que el alcohol glicerinado a utilizar debe tener una concentración entre 60% y el 95%.
- Tener recordatorios de la técnica en la zona en la cual se realiza el lavado de manos.

• **Distanciamiento Físico.**

El distanciamiento físico, significa mantener un espacio entre usted y las demás personas fuera de su casa. Para practicar el distanciamiento físico se requiere:

- Permanecer al menos a 1 metro de distancia de otras personas y entre los puestos de trabajo evitando contacto directo, para evitar aglomeraciones. Para estos efectos, las personas circulantes de aseo y seguridad, mantendrán las mismas distancias de protección.
- Controlar el aforo del personal autorizado en el área o escenario deportivo.

- Evitar las reuniones en grupos (en caso que se quiera deben ser reuniones grupales reducidas y cortas).
- Utilizar las ayudas tecnológicas, con el fin de evitar aglomeraciones y que se limite el intercambio físico de documentos dentro de la sesión de entrenamiento.
- Evitar los lugares muy concurridos y las congregaciones masivas.
- Considerar la ubicación y la distancia física del personal para desarrollar sus entrenamientos.
- Establecer horarios de uso a manera de turnos, de tal forma de no sobrepasar el aforo máximo del escenario deportivo en medio de la situación de la pandemia, el cual es de 4 personas para la práctica libre en los siguientes escenarios: Canchas múltiples, tenis de campo, Fútbol tenis y voleibol playa. Lo anterior reiterando que estos aforos son para practica libre y no aplican para actividades dirigidas.
- Realizar el monitoreo a esta actividad por parte de los responsables del área técnica.
- Se mantendrá una distancia social de mínimo 1mts.

• **Elementos de Protección Personal-EPP**

Exigir los elementos de protección personal necesarios para la prevención del contagio por COVID 19 por parte de los usuarios y personal asistencial.

- Cada usuario y personal asistencial debe portar tapabocas..
- El uso de guantes **NO ES RECOMENDADO** si no se van a manipular elementos como residuos, o realizar la limpieza y desinfección de superficies en el resto de las situaciones se recomienda el lavado de manos con agua, jabón y toallas desechables.
- Los equipos de protección personal no desechables deberán almacenarse en un área limpia y seca.
- Instalar recipientes adecuados para el destino final de los elementos de bioseguridad utilizados por el personal, que sean de un solo uso o desechables. En caso de tener puestos de atención médica, los recipientes deben cumplir con el manejo de residuos peligrosos, según plan de gestión integral de residuos hospitalarios.
- Los EPP son de uso individual, por lo tanto no deberán compartirse.

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

- Uso de mascarilla permanente para el usuario y equipo administrativo, antes durante y después de la práctica.
- 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.

• **¿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 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.
- Utilizar desinfectantes o alcohol al 70% para la limpieza de los objetos, superficies y materiales de uso constante (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.
- Realizar la recolección de residuos permanente y almacenamiento de residuos.
- Garantizar los elementos de protección al personal que realiza esta actividad.

**8. PREVENCIÓN Y MANEJO DE SITUACIONES DE RIESGO DE CONTAGIO.**

Los espacios destinados para la práctica libre deportiva se utilizarán bajo la política de puertas abiertas, para impedir el contacto con manillas u otros objetos.

Se deberá respetar el aforo determinado para cada espacio

a. Protocolo general para el ingreso a la sede.

- Para ingresar a la sede se debe contar con la autorización de la App de la universidad o de la Jefatura de Desarrollo Deportivo.
- Habrá diligenciamiento de condición diaria de salud, las personas que no cumplan con dicho requisito o que su resultado no sea favorable se le prohíbe a la sede.
- Todo menor de edad que no sea estudiante de la universidad deberá estar acompañado por un acudiente mayor a 18 años.
- Es obligatorio en todo momento, el uso de tapabocas personal.
- Cada usuario y personal que ingrese a la sede debe portar tapabocas.

b. Protocolo durante la práctica libre

- Cada deportista se hará responsable de su hidratación.
- Debe seguir las indicaciones de personal de apoyo que le facilitó el implemento en el momento en que sea asignado el espacio para el desarrollo de la práctica.
- Se higienizará las manos antes de iniciar la práctica y después de terminarla.
- No podrá acercarse a menos de 1 metro de distancia de sus compañero.
- Queda prohibido el saludo o contacto de mano o con un abrazo.
- Durante la práctica, el usuario deberá acoger todas las recomendaciones de distanciamiento establecidos.
- El usuario que durante la práctica identifique algún síntoma asociado deberá informar de inmediato al personal de apoyo que le facilitó el implemento.
- Al finalizar la práctica un funcionario de la universidad realizará la limpieza de las superficies con las cuales las personas tienen mayor contacto.

c. Establecer las siguientes medidas

- Prevención y manejo de situaciones de riesgo de contagio.
- Tener un registro de los usuarios y personal asistencial que participan de la práctica libre, con el fin de apoyar a las entidades encargadas de la seguridad de la ciudadanía.
- Asegurar que se cumplan las disposiciones y recomendaciones de las autoridades de salud en relación a la prevención del contagio por COVID-19.
- 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.

## 9. PLAN DE COMUNICACIONES

✓ En particular, se deben divulgar las medidas contenidas en este lineamiento 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 en el departamento o municipio donde el deportista vaya a realizar sus entrenamientos.

✓ Se debe reiterar a todo el personal, la importancia de lavarse las manos constantemente y del distanciamiento físico (no abrazar, besar ni dar la mano).

✓ Divulgar a la población del sector, los protocolos de prevención de contagio de COVID-19 y de atención de casos sospechosos de contagio, en articulación con las Entidades Promotoras de Salud- EPS y con la asesoría y asistencia técnica de las Administradoras de Riesgos Laborales - ARL.

- ✓ Establecer mecanismos de información al usuario de forma visible, legible, que sea oportuno, claro y conciso, a través de sus redes sociales, carteleras, afiches o cualquier otro medio de difusión, sobre las medidas de prevención y atención. Se deben utilizar medios de comunicación internos, mensajes por alto parlantes, protectores de pantalla de los computadores, aplicaciones digitales donde se recuerde a los trabajadores el protocolo del lavado de manos, antes de iniciar su labor. Se deben tener en cuenta las infografías y demás lineamientos expedidos por el Ministerio de Salud y Protección Social.
- ✓ Realizar charlas 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). Cuando sean presenciales, estas actividades deben realizarse en grupos no mayores de cinco (5) personas y a 2 metros de distancia entre cada persona.
- ✓ Se brindará a las ligas y clubes deportivos una nube de contenidos comunicacionales y gráficos, que faciliten la difusión regional de las especificaciones de este protocolo, además de las recomendaciones relacionadas con la prevención del COVID-19.

## 11. CONSIDERACIONES FINALES

El presente protocolo regirá las instalaciones deportivas de la Universidad de La Sabana.

A las disposiciones aquí contenidas se adhieren todas aquellas emitidas por la Presidencia de la República de Colombia, a través de sus Ministerios de Salud y Deporte o autoridades locales, teniendo éstas prevalencia.

Toda Liga, Club, Academia o escuela deportiva, deberá designar un responsable del cumplimiento de este protocolo.

El cumplimiento de este protocolo en cada región de Colombia deberá estar previamente avalado por las autoridades locales correspondientes.

## 12. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Guía técnica para el análisis de exposición a factores de riesgo ocupacional en el proceso de evaluación para la calificación de origen de la enfermedad profesional, Ministerio de la Protección Social, 2011
- Organización Internacional del Trabajo (OIT). Prevención y mitigación del COVID-19 en el trabajo. Lista de comprobación. [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/ed\\_protect/protrav/safework/documents/instructionalmaterial/wcms\\_741818.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/ed_protect/protrav/safework/documents/instructionalmaterial/wcms_741818.pdf).

- 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 y procedimientos/GIPG13.pdf](https://www.minsalud.gov.co/Ministerio/Institucional/Procesos_y_procedimientos/GIPG13.pdf)
- Ministerio de Salud y Protección Social, GIPG18, Lineamientos generales para el uso de tapabocas convencional y cáscaras de alta eficiencia, 2020, Disponible en: <https://www.minsalud.gov.co/Ministerio/Institucional/Procesos%20y%20procedimientos/GIPG18.pdf>.
- Departamento del Trabajo de los EE. UU. Administración de Seguridad y Salud Ocupacional- OSHA, Guía sobre la Preparación de los Lugares de Trabajo para el virus COVID-19.2020.
- Departamento Administrativo del Deporte, la Recreación, la Actividad Física y el Aprovechamiento del Tiempo Libre COLDEPORTES, Colección 1 de los Lineamientos de Política Pública en Ciencias del Deporte en Técnica Metodológica.