



**PROTOCOLO PARA REALIZAR CONCENTRACIÓN DEPORTIVA A NADADORES COLOMBIANOS QUE LA FEDERACIÓN COLOMBIANA DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS FEDECAS Y EL ENTRENADOR NACIONAL REQUIEREN EVALUAR Y APOYAR EN SU PROCESO DE DESARROLLO DEPORTIVO.**

**Asunto:** Microciclo Natación con Aletas 2021

El Órgano de Administración de la Federación Colombiana de Actividades Subacuáticas (FEDECAS) y la Comisión Técnica Nacional de Natación con Aletas, realizara una concentración deportiva a un grupo de nadadores colombianos que la Federación y el Entrenador Nacional requieren evaluar y apoyar en su proceso de desarrollo deportivo, por lo tanto, se hace necesario diseñar protocolo de bioseguridad durante la concentración.

La programación y las respectivas sesiones de entrenamientos se realizarán en la ciudad de Manizales - Caldas, de la siguiente forma:

28 de febrero 2021: llegada a Manizales de los deportistas participantes de las distintas regiones del país, donde se les realizara prueba COVID antes del ingreso al hotel (01:00 p.m.) oficial de la concentración.

1 marzo 2021 hasta 7 marzo 2021: se realizarán los entrenamientos programados por la Comisión Técnica Nacional y el Entrenador Nacional.

7 marzo de 2021: regreso a las distintas regionales de los deportistas participantes en este Micro-ciclo.

Las fechas horarios y actividades están sujetas a cambios de acuerdo a las condiciones y reglamentos de la Gobernación de Caldas, con respecto a la pandemia.



## 1. ORGANIZACIÓN:

La Organización de la concentración estará a cargo de La Federación Colombiana de Actividades Subacuáticas – FEDECAS.

**Dirección:** La concentración se realizará la ciudad de Manizales - Caldas, Piscinas el Bosque.

**Fecha:** 28 de febrero de 2021 hasta 7 de marzo de 2021.

## 2. DIRECCIÓN DE LA CONCENTRACION:

2.1. **DIRECTOR GENERAL:** Sr. William Peña, presidente de la Federación Colombiana de Actividades Subacuáticas – FEDECAS

2.2. **COORDINADOR TECNICO:** Dr. Álvaro Hugo Polo Lozada.

2.3. **ENTRENADOR TITULAR:** Sr. Francisco Méndez Daza.

2.4. **RESPONSABLE DE LA ORGANIZACION:** Federación Colombiana de Actividades Subacuáticas – FEDECAS.

**Celular:** 320-3657611

**E-mail:** [fedecas.colombia@gmail.com](mailto:fedecas.colombia@gmail.com)



## 1. Introducción.

La infección por SARS-CoV-2, denominada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como "Coronavirus Infectious Disease - 2019" (COVID-19, por sus siglas en inglés), es una enfermedad con carácter pandémico que amenaza a la población en general y por ende a los sistemas de salud del mundo. Hasta el momento de la elaboración de este protocolo, no existe una vacuna o evidencia de desarrollo de inmunidad protectora, por lo tanto, la medida más efectiva para la contención de este fenómeno consiste en la reducción de su transmisión.

Los datos reales sobre el número de personas contagiadas varían de país en país, de acuerdo con el número de muestras tomadas por día y la celeridad de los reportes de las muestras tomadas. Sin embargo, es difícil ser absolutamente precisos sobre el número de casos de cada región y país. Por ello y al visualizar las situaciones tan dramáticas que se han vivido en otros países, la mejor alternativa que recomienda este equipo médico es: "quedarse en casa".

El presente protocolo se realiza para permitir la posibilidad de que deportistas de ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS, que se han destacado a nivel nacional e internacional y cuya importancia en representación del deporte regional, nacional, puedan acceder a la concentración deportiva que la Federación y el Entrenador Nacional requieren para evaluar y apoyar en su proceso de desarrollo deportivo.

Para la elaboración del mismo se han tenido en cuenta los lineamientos de prevención, las edades autorizadas y se ha desarrollado una reunión técnica, metodológica y científica con miras a construir la estrategia que permita ejecutarlo dentro de las más juiciosas medidas de seguridad para los atletas, entrenadores, metodólogos y personal de salud acompañante.



El presente documento podrá tener variaciones de acuerdo con la permanente comunicación sostenida por los funcionarios de salud de las distintas regionales donde se desarrollen los eventos, con el secretario del Deporte del departamento sede, con el Secretario de Salud Municipal y los lineamientos del Ministerio del Deporte y Ministerio de Salud.

## **2. Objetivos:**

### **2.1. Objetivo General:**

Establecer el protocolo de seguridad obligatorio para los participantes de la concentración a **deportistas** y entrenadores de ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS, que se han destacado a nivel nacional e internacional y cuya importancia en representación del deporte regional y Nacional, a realizarse en la ciudad de Manizales del **28 de febrero al 7 de marzo de 2021**.

### **2.2 Objetivos Específicos:**

**2.2.1.** Garantizar el cumplimiento de las normas y requisitos del SOGC y las orientadas desde el ente territorial y específicas para la prevención de infecciones cruzadas de coronavirus durante la realización del presente evento.

**2.2.2.** Fortalecer en la instituciones deportivas y atléticas, una cultura de trabajo en un ambiente limpio y con las medidas de bioseguridad establecidas y orientadas desde el ministerio de protección social.

**2.2.3.** Aplicar el procedimiento de limpieza y desinfección de área estandarizado en las áreas de transporte, hospedaje, entrenamiento y competición con la finalidad de cuidar tanto a entrenadores, organizadores como a deportistas.



**2.2.4.** Reconocer el trabajo colaborativo y articulado que ha caracterizado a la Alcaldía con la Gobernación y los Entes Nacionales implicados.

### **3. Alcance**

El presente protocolo es aplicable en las instalaciones de los escenarios designados por FEDECAS y es de obligatorio cumplimiento para todo el personal que ingrese a dicho lugar incluyendo los entrenadores, personal de salud, personal de la organización y atletas mayores de 15 años cumplidos de cada departamento que asistan a la concentración. Igualmente deberán revisar los protocolos de seguridad que los transportadores, hoteles y demás servicios les ofrecen. Aquí se ofrecerán algunas recomendaciones en torno a estos aspectos, pero no son responsabilidad de esta organización.

#### **3.1 Consentimiento Informado:**

La participación en el evento será solo para los deportistas que al inicio de la concentración cumplan con los requisitos de protocolos de Bioseguridad, de FICHA FEDECAS y firmando el consentimiento informado que se anexa en este documento, otorgando así la opción libre y voluntaria de unirse al grupo de atletas que pueden participar en el evento el y mantenimiento de sus capacidades físicas de forma supervisada y acompañada por entrenadores y personal de salud. En caso de aceptar y al entender el riesgo al que se exponen, deberán firmar el respectivo consentimiento y asentimiento, comprendiendo que la organización del evento se compromete a desarrollar los protocolos de seguridad en salud y a supervisar su correcta ejecución, pero NO PUEDE GARANTIZAR de ninguna forma que no existan contagios, enfermedad e inclusive la muerte.

Igualmente, deberán por medio de sus correspondientes ligas, enviar la información correspondiente respecto a sus respectivas EPS.



#### **4. Definiciones:**

**4.1 Elementos de protección personal (EPP):** es cualquier equipo o dispositivo destinado para ser utilizado o sujetado por la persona, funcionario, atleta o entrenador, para protegerlo de uno o varios riesgos y aumentar su seguridad o su salud en el trabajo.

**4.2 Mascarilla quirúrgica:** Es el elemento de protección personal por excelencia; para el evento, será recomendado el uso de mascarilla quirúrgica de 3 capas por todos los participantes tanto atletas como organizadores, ya que se ha documentado que tiene un más alto control en la prevención de infecciones por aerosoles que otros elementos cubrebocas.

**4.3 Áreas específicas:** Son áreas de circulación por funcionarios y atletas limitados a las zonas en donde se realiza específicamente su modalidad deportiva. Área de espera, área de recuperación, área de duchas, área de baños, área de estiramiento, etc.

**4.4 Áreas comunes:** Corresponde a las instalaciones en general y abarca desde su entrada hasta la parte posterior del escenario donde se desarrolle la concentración. Las áreas de competencia específicas, no son tomadas como comunes sino de uso exclusivo por el atleta durante la concentración y acompañadas por funcionarios de la logística o la policía o el grupo de atención prehospitalaria contratado.

**4.5 Nadador:** Atleta que por medio de la invitación y del pago de la ficha Fedecas 2021 y quien al cumplir con los requisitos de participación, incluyendo la prueba COVID negativa podrá participar en las pruebas o entrenamientos programados.

**4.6 Participante:** Comprende el personal que tiene acceso a las instalaciones



del evento y que hace parte de la organización logística como funcionario metodólogo, entrenador, aseo y desinfección, refrigerios y alimentación, salud y los demás que deban por su importancia en la organización del evento, participar dentro del lugar.

**4.7 Público en general:** Son aquellas personas acompañantes, familiares, amigos y comunidad en general, que no juega un papel dentro de la organización. Dichas personas no tendrán acceso a las instalaciones, ni se les permitirá ubicarse en las zonas de recorrido del atleta, a menos que sea avalados por solicitud de los organizadores del evento y que cuenten con el visto bueno de los entes Nacionales, Departamentales y Municipales implicados.

**4.8 Elementos de entrenamiento y competición:** Todos los elementos que son susceptibles de ser usado por los atletas para fines de entrenamiento, los cuales serán llevados por los atletas para facilitar o permitir su jornada tales como zapatos tenis, pantalonetas, medias, camisetas y elementos como gorros, gafas, aletas, tablas, etc.

## **5. Recomendaciones de seguridad y hospedaje previas a la participación:**

**5.1.** Se recomienda que todas las personas que harán parte del evento, tanto en la parte logística como en la atlética se comporten como si todas las personas a su alrededor estuvieran “contagiadas”, portadores asintomáticos del COVID-19. Es responsabilidad de las personas que se inscribieron determinar si han estado en contacto con personas sospechosas o diagnosticadas con la enfermedad y en este caso con sentido social y de responsabilidad deberá abstenerse de viajar y participar. Si no tiene sospecha de haber estado en contacto, de igual forma deberán usar de forma permanente la mascarilla quirúrgica preferiblemente de 3 capas exigida por el



evento.

Se dispondrá para mayor seguridad que el desplazamiento a la ciudad del evento se realice en vehículos particulares contratados por FEDECAS; los participantes deberán hospedarse obligatoriamente en los lugares que previamente el equipo de salud de la secretaría del deporte o quien haga sus veces, visitaron para verificar las condiciones de protocolos, seguridad y aprobación (por ente municipal o departamental) de los mismos, que en el caso particular del evento será en las instalaciones del Hotel designado en la ciudad de Manizales, bajo la modalidad de Burbuja buscando así un total aislamiento de los participantes.

**5.2** Los atletas deben para la participación adjuntar certificado de APTITUD MEDICA firmada por médico con registro médico, que certifique su buen estado de salud y riesgo cardiovascular para la participación en un evento de estas exigencias y deberán informar también a la organización del evento la información respectiva de EPS a la cual pertenezcan.

**5.3.** Los atletas deben arribar a la ciudad del evento 1 día antes de la realización de los entrenamientos, (es decir el día 28 de febrero de 2021), para poder realizar las pruebas **ANTIGENO o PCR** antes del ingreso al hotel oficial. Solo se permitirá el ingreso al escenario a las personas que presenten resultado Negativo en las pruebas **ANTIGENO**.

Los entrenamientos se realizarán los días 1 al 6 de marzo y el día programado para la salida será el día 7 de marzo de 2021 después de finalizado el evento.

**5.4.** Debido a que durante el momento del sueño no es posible controlar el uso de las mascarillas quirúrgicas, se recomienda que se hospeden (acomodación) en habitaciones individuales o dobles, salvo el caso en que los participantes del evento sean pareja o convivientes en su ciudad de origen y rutinariamente no utilicen mascarilla en sus hogares; en este caso podrán acomodarse en





habitación compartida (triple).

**5.5.** Los alimentos se deben tomar únicamente en el hospedaje y para tal fin se realizará alternancia para evitar que todas las personas se retiren su mascarilla en comedores y zonas sociales comunes (según protocolo aprobado de restaurantes y hoteles).

**5.6.** En caso de presentar algún síntoma, debe comunicarlo al equipo médico y se activarán las recomendaciones de consulta en su EPS correspondiente para valoración, manejo y seguimiento y se consultará con las autoridades el manejo del **aislamiento preventivo** y no se permitirá la participación en el evento.

**5.7.** Antes del evento, el equipo de salud, revisará el resultado negativo de la prueba PCR o ANTIGENO COVID 19 y este será el factor determinante de su participación.

(Prueba PCR o ANTIGENO negativa: Mirar Protocolo de participación numeral 6.), (Prueba PCR o ANTIGENO positiva: mirar Plan de contingencia numeral 7).

## **6. Protocolo de Participación en el evento:**

### Manual de uso de las instalaciones:

**6.1** El día 28 de febrero de 2021, es decir el día previo al inicio de entrenamientos, los deportistas llegaran desde sus distintas ciudades vía terrestre en transporte que será organizado por FEDECAS, quien cubrirá los gastos de transporte y se designara ese día para la toma de muestras PCR o ANTIGENO COVID 19, previo al resultado se realizara el ingreso al hotel oficial y se hará reunión con los participantes para informar la programación oficial de la concentración, los organizadores del evento se encargarán de entregar la información de participación para los atletas previamente aceptados y que



cumplieron todos los requisitos, sin factores de riesgo y que entregaron resultados negativos en la prueba PCR o ANTIGENO – Covid 19. Allí se incluirán los horarios en los cuales deberá entrenar el atleta tanto en piscina como preparación física, la hora de entrada y la hora de salida.

**6.2** A la hora señalada, el atleta deberá desplazarse desde su hospedaje con uniforme pantaloneta, camiseta y sudadera, zapatos y uso de mascarilla quirúrgica. Debe llevar sus elementos de entrenamiento tanto para piscina como para gimnasio en un morral o maletín aparte. Por favor no lleve dinero en efectivo ni objetos personales costosos como relojes, billeteras, etc. En el primer filtro de seguridad del centro de alto rendimiento, se mostrará la identificación. Tenga en cuenta que de este primer filtro para continuar no se permitirá sino únicamente a personas de la organización y de la concentración.

**6.3.** En el segundo filtro un funcionario tomará la temperatura, ofrecerá alcohol para sus manos y otro funcionario de la logística lo llevará hasta el punto en el cual debe ubicarse (será asignado en estricto orden) para cambiarse, dejar sus implementos, calentar y estar atento al llamado, y le señalará la ducha de enfriamiento designada (en caso de estar avalada) que podrá utilizar al finalizar el entrenamiento, o en caso contrario deberá utilizar la ducha únicamente en el hotel oficial de la concentración.

**6.4.** El atleta se desvestirá y dejará los zapatos o chanclas y la sudadera, así como los elementos personales que no tengan valor (no debe llevar objetos de valor o con riesgo de pérdida). Se colocará sus ropas de entrenamiento y evitará el uso de cambiadores o baños al máximo de lo posible.

**6.5.** Otro funcionario le explicará el recorrido a seguir y le indicará el momento oportuno para calentar y lo acompañará al punto de partida ya sea en la piscina o en el gimnasio. Esto podrá variar de acuerdo a la programación y a la organización del evento. En caso de que esto ocurra el equipo biomédico y de



organización aportará estrategias y medidas adecuadas de bioseguridad.

**6.6.** Al finalizar la jornada de entrenamiento diríjase al área destinada para estar únicamente los deportistas sin tapabocas por el instante que permita la regulación de la respiración para uso de mascarilla y luego puede pasar a la ducha de enfriamiento y realice un enfriado rápido(en caso de ser permitido), evitando mojar el tapabocas o mascarilla quirúrgica. En este punto encontrará basureros en donde puede arrojar sus toallas o secadores para evitar transportar secreciones con usted. El personal de salud acompañante se vestirá con mascarilla N 95 de alta eficiencia para evitar contagiar a los atletas y en sentido inverso, ya que en este punto estará el atleta sin mascarilla y recuperándose de su entrenamiento. Se le entregará la mascarilla quirúrgica al atleta para que proceda a cambiarse.

**6.7.** Luego de la ducha de enfriamiento (en caso de ser avalada) limpie sus manos con alcohol y diríjase al punto en donde dejó sus objetos personales.

**6.8.** En su punto de ubicación, se permitirá la ubicación de un profesional en fisioterapia el cual podrá dirigir su rutina de estiramiento y vuelta a la calma, para lo cual no tendrá ningún tipo de contacto físico con usted, le sugerimos seguir las recomendaciones después de la sesión de entrenamiento y vuelta a la calma.

**6.9.** Recuerde mantener obligatoriamente su hidratación de carácter personal por la cual queda prohibido compartir con alguien.

**6.10.** El funcionario de la logística le indicará el momento oportuno para que el deportista se dirija a retirar la implementación deportiva del punto de llegada.

**6.11.** Le recomendamos por su seguridad, que realice una desinfección en el punto asignado de sus aletas, monoaletas, gafas, snorkel, gorros, antes de



empacarlos y llevarlos con usted; así mismo que la ropa que acabó de usar la empaque en una bolsa cerrada hasta que pueda realizar el lavado de la misma, de forma segura.

**6.12.** Antes de salir del escenario el atleta debe obligatoriamente hacer nuevamente desinfección de manos completo con su solución alcoholada.

**6.13.** Les solicitamos el favor de mantener el orden dentro del escenario al terminar su participación; al ir terminando y mientras esperan que lleguen todos los deportistas, como no se puede salir del complejo de manera individual, se pueden saludar, pero deben guardar la distancia, mantener el uso del tapabocas y no obstaculizar las zonas de duchas, estiramiento y de llegada de los atletas que se encuentran finalizando su entrenamiento.

**6.14.** En caso que el equipo biomédico o de la organización les entregue un refrigerio, mientras esperan el arribo de todos los competidores, por favor para consumir estos alimentos recuerde alternar y no hacerlo al tiempo ya que esto exige que se retiren los tapabocas y en un lugar fijo de espacio abierto, manteniendo el distanciamiento en todo momento.

## **7. Plan de Contingencia: (reporte de PRUEBA COVID positivo)**

**7.1** En caso de reportarse una persona positiva para COVID 19, la persona o el deportista será notificado de manera virtual y estratificado su riesgo por el equipo médico, comunicado con el sistema de salud y EPS correspondiente.

**7.2** Permanecerá en el hotel con aislamiento permanente dentro de su habitación siguiendo las recomendaciones de Ministerio de salud. Nota: si está en habitación de acomodación doble (su acompañante también entrará en aislamiento así tenga reporte negativo y NO PODRA PARTICIPAR en el evento)



**7.3** Según la evaluación clínica será trasladado en ambulancia a centro de salud para manejo médico.

**7.4** Se recomienda, completar aislamiento y seguimiento por EPS (correspondiente) en donde se encuentra aislado (hospedado o hospedados si están en acomodación doble), garantizando los cuidados dentro de la habitación según recomendaciones de Ministerio de Salud.

**7.5** Si, la evolución de la enfermedad es favorable y puede garantizar transporte individual, particular y privado, garantizando no paradas por el camino y una distancia que permita el no poner en riesgo restaurantes o paradas innecesarias, hasta su hogar, será responsabilidad del paciente (deportista, persona) podrá retornar a su hogar.

## **8. Protocolo específico del entrenamiento:**

**8.1** Todos los atletas deberán estar puntuales en la recepción del hotel a la hora previamente indicada, para salir de manera organizada al sitio de entrenamiento.

**8.2** La asignación horaria será determinada por el comité organizador y con base en este orden se hará su ubicación en el área de elementos personales, cambio de ropas, calentamiento y toma de refrigerio. No debe cambiar el punto asignado para su ubicación.

### **8.3 De los entrenamientos:**

#### **8.3.1 Natación:**

Los entrenamientos se realizan en la piscina del centro de alto rendimiento y no podrán utilizarse más de 5 personas por carril, (según decisión de la organización basado en la cantidad de participantes).



Se realizara una jornada de entrenamiento en la mañana y otra jornada de entrenamiento en la tarde según cronograma de actividades presentado y explicado por el coordinador de la concentracion.

- **Preparacion fisica/Gimnasio:**

Se realizaran en algunos dias particulares contando con el aval de la organización del evento y la comision tecnica de Natacion con aletas, manteniendo distancia entre cada deportista a la hora de realizar el entrenamiento.

Se realizaran separando categorias buscando el menos contacto posible entre los participantes.

El uso de tapabocas y de hidratacion individual sera obligatorio durante las jornadas de preparacion fisica.

### **Recorrido**

Se realizará recorridos diarios desde el hotel hasta el escenario(piscina o gimnasio) y regreso en grupos no mayores a 20 deportistas por salida, teniendo en cuenta la rama, modalidad y categoría. (según reglamentación definida por la organización de la concentración).

**8.4.1.** El inicio del entrenamiento lo determinará el entrenador titular, para lo cual se hará una fila organizada en el carril designado previamente para esta función y se mantendrá la distancia preventiva de 2 metros con el uso permanente de la mascarilla quirúrgica. (desechado en el momento del ingreso al agua).

**8.4.2.** Tan pronto como finalice su entrenamiento en el agua saldrá y realizara su caminata de recuperación en sentido hacia las duchas de enfriamiento (en caso de estar avalada), allí encontrará un profesional del equipo técnico que le



preguntará si necesita alguna asistencia y lo guiará a su punto de cambio de ropas y le dirigirá el estiramiento.

**8.4.3.** Tenga en cuenta que, si no desea realizar estiramiento, no se podrá retirar hasta que no haya terminado todo el grupo de esa jornada específica de entrenamiento.

**8.4.4.** Equipo de salud, se contará repartidos en grupos de personas del personal de salud o equipo biomédico si el Ministerio del Deporte o quien haga sus veces lo considera conveniente, que están distribuidos en cada entrenamiento en grupos de personas tanto en piscina o gimnasio, igualmente si se programan pruebas físicas o médicas durante la concentración el equipo biomédico deberá cumplir con todos los requisitos de bioseguridad antes, durante y después de dichos tests.

Igualmente, los organismos de socorro (salvavidas), este personal ingresará a la "burbuja deportiva" con test de PCR o ANTIGENO NEGATIVO.

**8.4.7.** Operadores logísticos o de transporte, deberán presentar para poder realizar el transporte desde las distintas ciudades hasta Bogotá con test PCR o ANTIGENO NEGATIVO.

## **9. Proceso de limpieza y desinfección:**

En una habitación, un paciente con COVID-19 cuando tose, genera gotas que duran aproximadamente 30 minutos en el aire y posteriormente caen en las superficies; allí pueden sobrevivir entre 6 a 9 días, conservando su capacidad de contagio. En el caso de los aerosoles las partículas pueden quedar suspendidas en el aire hasta por 3 horas; pasado este tiempo, las partículas también caerán por gravedad. Una vez las personas entran en contacto con esta superficie y posteriormente tocan su cara, se da el proceso de inoculación



y contagio. (Por esta razón se deben evitar el uso de baños, duchas cerradas, salones de reuniones, vestieres).

Los estudios disponibles hasta el momento sugieren que los procesos de limpieza y desinfección adecuados logran erradicar en un altísimo porcentaje al SARS-CoV-2 de las superficies, dado que este es altamente susceptible a los desinfectantes convencionales.

Cada atleta y participante, deberá verificar que la empresa transportadora, y los hoteles, cumplan con los protocolos de seguridad de forma adecuada. Así mismo, la organización del evento debe verificar que la empresa de aseo contratada cumpla con los requerimientos del ministerio al momento de hacer desinfección, limpieza y aseo.

Se solicita a la organización de los eventos la instalación de suficientes duchas al aire libre con agua fría y limpia para el enfriamiento adecuado del atleta.

Limpieza y desinfección ambiental: Dado que los atletas estarán sin tapabocas durante la competición, son ellos nuestra prioridad de seguridad y por ello para el día de la competición todas las personas participantes deben portar su mascarilla quirúrgica exigida de 3 capas y evitará al máximo de lo posible hablar en presencia del atleta.

## **9.1. Definiciones:**

**9.1.1. Limpieza:** reducción de carga biológica y materia orgánica por arrastre mecánico de la suciedad.

**9.1.2. Desinfección:** aplicación de medio químico o físicos para lograr la destrucción de bacterias vegetativas, mayoría de virus (excepto algunos no





envueltos) y mayoría de hongos.

**9.1.3. Desinfectante:** Agente o sustancia química utilizada para inactivar prácticamente todos los microorganismos patógenos reconocidos, pero no necesariamente todas las formas de vida microbiana (ej.: esporas). Su aplicación solamente está indicada sobre objetos inanimados.

**9.1.4. Desinfección de alto nivel:** destrucción de microorganismos incluido micobacterias, con excepción de las esporas, de una superficie por medio de agentes químicos o físicos (este nivel de desinfección NO es requerido para SARS-CoV-2).

**9.1.5. Esterilización:** eliminación de toda la vida microbiana.

**9.1.6. Superficies de alto contacto:** todas las superficies que se tocan con la mano (controles, celulares, mobiliario, manijas de puertas, mesas, trotadoras, barras, pesas, mancuernas, discos, manijas del remo, manubrios de spinning).

Limpieza de los puestos de trabajo: se puede hacer con productos con base en alcohol al 70% y toallas de papel de un solo uso y debe incluir en especial el teléfono celular que se convierte en un fómite fundamental en la cadena de transmisión.

## **10. Tipos de limpieza:**

**10.1. Rutinaria:** es regular (con desinfección cuando hay indicación), realizada para mantener el entorno visiblemente limpio y evitar la acumulación de polvo y microorganismos, minimizando la contaminación, haciendo énfasis en las áreas de alto contacto de los usuarios.

**10.2. Terminal:** limpieza y desinfección minuciosa de la materia orgánica y la



reducción significativa de los microorganismos. Incluye la todos los elementos, áreas y superficies de la habitación. Tiene el objetivo de preparar las áreas completas entre usuarios para que sean tratados o atendidos sin el riesgo de contraer una infección.

**10.3.** Técnica de doble balde: Uno con desinfectante y el segundo con agua, se aplica el desinfectante en la superficie, posteriormente se enjuaga en agua para quitar la materia orgánica acumulada, luego se puede volver a sumergir en el desinfectante, esto con el fin de que la solución de trabajo se mantenga limpia y sin contaminación

## **11. Recomendaciones generales del Ministerio de Salud y Protección Social para limpieza y desinfección:**

**11.1.** Usar guantes para trabajo pesado (guantes de neopreno), lavarlos con jabón líquido después de cada procedimiento y permitir su secado.

**11.2.** Antes de escurrir los traperos se deben observar con el fin de detectar la presencia de material cortopunzante.

**11.3.** Los traperos deben ser exclusivos para cada área y se deben desinfectar entre un ambiente y otro. Las cabezas de traperos se deben mantener colgadas en un perchero con la mecha hacia abajo antes de volver a utilizarse, lo que contribuye a minimizar el grado de contaminación cruzada.

**11.4.** Para la limpieza de pisos, se deben seguir las técnicas de barrido húmedo, enjabonar, enjuagar y secar.

**11.5.** Utilizar preferiblemente paño de limpieza descartable.

**11.6.** Aplicar las soluciones detergentes y desinfectantes según las



indicaciones del fabricante.

**11.7.** Al barrer con escoba en áreas de atención de usuarios cubrirla con un paño húmedo para reducir que se propaguen los microorganismos y el polvo.

**11.8.** La limpieza de todas las superficies y áreas debe realizarse de manera unidireccional, sin pasar 2 veces por la misma superficie. Para la eliminación del COVID-19 se requiere el uso de desinfectantes que demuestren eliminación de virus no lipídicos (como rinovirus, adenovirus y parvovirus) o desinfectantes que tengan estudios contra vaccinia virus con normas 16777 o 14416+A2, los cuales garantizan la eliminación completa del coronavirus.

**11.9.** Para la limpieza y desinfección de pisos, techos y paredes se debe iniciar en la parte opuesta a la entrada para ir alejándose y al terminar el último sitio, se pueda salir de una vez de la habitación; la técnica idealmente en zig zag, nunca pasando dos veces por el mismo lugar y siempre de lo más limpio a lo más contaminado (por último el baño, con mucho énfasis en la limpieza de los inodoros, pues se ha demostrado que el COVID-19 se excreta en heces fecales), para pisos, techos se debe aplicar la técnica de doble balde.

**12.** Procedimientos Para realizar la limpieza y desinfección por parte del personal de oficios generales:

### **12.1. Limpieza de baños:**

- Retirar de la caneca o recipiente la bolsa de los residuos y cerrarla, lavar y secar las canecas y colocarles nuevamente la bolsa indicada.
- El proceso de limpieza se inicia con al lavado de las paredes, el lavamanos, la jabonera y la puerta.
- Antes de iniciar el lavado del sanitario se recomienda vaciar el agua del tanque al menos una vez.



- Aplicar detergente líquido, por todas las superficies del sanitario, iniciando por la parte exterior, la base, el área de atrás, las tuberías y las bisagras. Continuar con la limpieza de la parte interior del sanitario con un cepillo de mango largo, posteriormente se debe aplicar la solución desinfectante, SURFANIOS, con un paño para este fin. Al finalizar soltar nuevamente el tanque, y secar la parte exterior del sanitario.
- El piso se lava con un cepillo y solución detergente líquido, posteriormente se trapea para retirar el detergente.
- Luego con otro trapero se aplica solución desinfectante.
- Al finalizar la limpieza se verifica que los drenajes (desagües) se encuentren despejados.
- Se coloca la dotación del baño (jabón, papel higiénico, toallas de papel); se coloca nueva bolsa de residuos según lo estipulado por la institución.

### **13. Resumen final:**

Dado que cualquier persona se considera potencialmente enfermo al tratarse de una pandemia y de que gran parte de la población con estado óptimo de salud, como ocurre con los atletas, podrán ser portadores “**asintomáticos**” se requiere que todos los funcionarios, porten EPP tales como Monogafas y tapabocas y que además mantengan la distancia mínima de 2 metros. Además de realizar aseo regular con agua y jabón de sus manos. No se justifica el uso de batas, tapabocas N95 ni guantes al no tratarse de atención a población enferma de COVID-19. El tapabocas se utilizará por un período no mayor a 8 horas y luego debe desecharse en bolsa plástica.

Insumos necesarios para llevar a cabo el protocolo:

- 1.** Termómetro de lectura electrónico – digital sin contacto con la piel.
- 2.** Mascarillas quirúrgicas.



3. Guantes quirúrgicos.
4. Alcohol antiséptico etílico mínimo de 70°
5. Jabón para lavado de manos y dispensadores
6. Alcohol glicerinado y dispensadores.
7. Balde o cubeta para el lavado de calzado
8. Bolsas plásticas para el lavado del calzado sobre la cubeta
9. Aspersores para el alcohol y la desinfección.
10. Cinta de limitación para realizar encerramientos y demarcar zonas dentro del evento.
11. Duchas al aire libre con agua limpia y fría

**Nota importante:**

Cada empresa de transporte debe garantizar protocolos de seguridad para sus pasajeros desde la ciudad de origen y hasta su destino final, en caso de contratar un transporte colectivo se recomienda a los directivos y organizadores verificar las condiciones que acrediten la realización de medidas de seguridad para usted y sus atletas.

**Indicaciones finales:**

Dentro del escenario y a lo largo de la concentración, se deberá contar con 3 equipos de apoyo:

**1. Equipo de atención pre-hospitalaria (Cruz Roja, Defensa Civil o similares):**

Son las personas que se encargan de ofrecer la atención inicial en caso de una lesión de un atleta o un evento desafortunado. Ellos se encargan de asegurar el área, hacer una valoración inicial y en caso de ser necesario, trasladar el paciente al Hospital designado para estos casos. Se deberá tener registro de todas las personas participantes del evento cuál es su EPS.



## **2. Equipo Biomédico:**

Compuesto por fisioterapeutas y médicos. Ellos les darán todas las indicaciones de Bioseguridad antes, durante y después de la competición, al tiempo que ayudarán en su proceso de calentamiento y estiramiento preventivo de las lesiones. No habrá contacto físico entre estos profesionales y el atleta salvo en necesidades importantes y con el uso de EPP.

## **3. Equipo Logístico:**

Dirigidos por el coordinador general del evento, encontrará metodólogos y staff de logística desde el ingreso al primer filtro como dentro del escenario dando indicaciones y durante todo el trayecto de competición. Si tiene cualquier inquietud, no dude en consultarlos.

## **Bibliografía:**

1. Requerimientos para uso de equipos de protección personal (EPP) para el nuevo coronavirus (2019-nCoV) en establecimientos de salud. OPS/OMS.  
[https://www.paho.org/hq/index.php?option=com\\_docman&view=download&alias=51736-requerimientos-para-uso-de-equipos-de-proteccion-personal-epp-para-el-nuevo-coronavirus-2019-ncov-en-establecimientos-de-salud&category\\_slug=materiales-cientificos-tecnicos-7992&Itemid=270&lang=es](https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_docman&view=download&alias=51736-requerimientos-para-uso-de-equipos-de-proteccion-personal-epp-para-el-nuevo-coronavirus-2019-ncov-en-establecimientos-de-salud&category_slug=materiales-cientificos-tecnicos-7992&Itemid=270&lang=es).
2. Manual Bioseguridad para Prestadores de Servicios de Salud que brinden atención en salud ante la eventual introducción del nuevo coronavirus (nCoV-2019) a Colombia. Ministerio de Salud y Protección Social. Colombia.  
<https://www.minsalud.gov.co/Ministerio/Institucional/Procesos%20y%20procedimientos/GIPM01.pdf>.
3. DELS, <http://www.salud.gob.ar/dels/entradas/la-atencion-de-la-salud>
4. [Videos tutoriales página ARL SURA https://youtu.be/NPd\\_osuth60](https://youtu.be/NPd_osuth60)
5. Colombia. Ministerio de Salud. LEY 9 DE 1979 por la cual se dictan medidas sanitarias.



6. Colombia. Ministerio de trabajo y seguridad social. Resolución 02400 de mayo 22 de 1979, por la cual se establecen algunas disposiciones sobre vivienda, higiene y seguridad en los establecimientos de trabajo.
7. Colombia. Ministerio de Salud. Resolución 4445 de 1996, Por el cual se dictan normas para el cumplimiento del contenido del Título IV de la Ley 09 de 1979, en lo referente a las condiciones sanitarias que deben cumplir los establecimientos hospitalarios y similares.
8. Colombia. Ministerio de Salud. Decreto 1545 de 1998 4 AGOSTO 1998. Por el cual se reglamentan parcialmente los Regímenes Sanitario, de Control de Calidad y de Vigilancia de los Productos de Aseo, Higiene y Limpieza de Uso Doméstico y se dictan otras disposiciones.
9. Colombia. Ministerio de la Protección Social. Resolución 1403 del 14 de mayo de 2007. Por la cual se determina el Modelo de Gestión del Servicio Farmacéutico, se adopta el Manual de Condiciones Esenciales y Procedimientos y se dictan otras disposiciones.
10. Protocolo de atención de Usuarios y desinfección del Centro Ortopédico Vasco en tiempos del COVID-19; Loaiza P., Angie Milena; mayo de 2020.
11. Recursos disponibles en internet: Requerimientos para uso de equipos de protección personal (EPP) para el nuevo coronavirus (2019-nCoV) en establecimientos de salud OPS/OMS. [https://www.paho.org/hq/index.php?option=com\\_docman&view=download&alias=51736-requerimientos-para-uso-de-equipos-de-proteccion-personal-epp-para-el-nuevo-coronavirus-2019-ncov-en-establecimientos-de-salud&category\\_slug=materiales-cientificos-tecnicos-7992&Itemid=270&lang=es](https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_docman&view=download&alias=51736-requerimientos-para-uso-de-equipos-de-proteccion-personal-epp-para-el-nuevo-coronavirus-2019-ncov-en-establecimientos-de-salud&category_slug=materiales-cientificos-tecnicos-7992&Itemid=270&lang=es)
12. Manual Bioseguridad para Prestadores de Servicios de Salud que brinden atención en salud ante la eventual introducción del nuevo coronavirus (nCoV-2019) a Colombia. Ministerio de Salud y Protección Social. Colombia. <https://www.minsalud.gov.co/Ministerio/Institucional/Procesos%20y%20procedimientos/GIPM01.pdf>
13. Procedimiento de actuación frente a casos de infección por el nuevo coronavirus (SARS-CoV-2). Ministerio de Sanidad. España. [https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Procedimiento\\_COVID\\_19.pdf](https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Procedimiento_COVID_19.pdf)



14. Limpieza y Desinfección en Servicios de Salud ante la introducción del nuevo coronavirus (SARS-CoV-2) a Colombia. Ministerio de Salud y de Protección Social. Colombia.  
<https://www.minsalud.gov.co/Ministerio/Institucional/Procesos%20y%20procedimientos/GIPM01.pdf>
15. Plan de Contingencia para los Servicios de Medicina Intensiva frente a la pandemia COVID-19. Sociedad Española de Enfermería Intensiva y Unidades Coronarias.  
[https://www.semicuc.org/covid19\\_files/Plan\\_de\\_Contingencia\\_COVID-19.pdf](https://www.semicuc.org/covid19_files/Plan_de_Contingencia_COVID-19.pdf)
16. European Centre for Disease Prevention and Control (ECDC). Health emergency preparedness for imported cases of high-consequence infectious diseases. Stockholm: ECDC; 2019.  
<https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/Health-emergency-preparedness-importedcases-of-high-consequence-infectious-diseases.pdf>
17. World Health Organization (WHO). Hospital emergency response checklist. An all-hazards tool for hospital administrators and emergency managers. WHO: Geneva; 2011.  
[http://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0020/148214/e95978.pdf](http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0020/148214/e95978.pdf)  
www.ajicjournal.org. Vol. 38 No. 5 Supplement 1.
18. CDC: Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (EE. UU.)  
<http://www.cdc.gov/cdc.htm>.
19. NNIS: Sistema Nacional de Vigilancia de Infecciones Nosocomiales (EE. UU.) <http://www.cdc.gov/ncidod/hip/nnis/@nnis.htm>.
20. Perioperative Standards and Recommended Practices. [www.aorn.org](http://www.aorn.org)
21. Günter Kampf y Axel Kramer, Epidemiologic Background of Hand Hygiene and Evaluation of the Most Important Agents for Scrubs and Rubs, CLINICAL MICROBIOLOGY REVIEWS, Oct. 2004, p. 863–893 Vol. 17, No. 4 .863–893.2004, American Society for Microbiology.
22. Günter Kampf y Axel Kramer, Epidemiologic Background of Hand Hygiene and Evaluation of the Most Important Agents for Scrubs and Rubs, CLINICAL MICROBIOLOGY REVIEWS, Oct. 2004, p. 863–893 Vol. 17, No. 4 .863–893.2004, American Society for Microbiology.





23. Centers for Disease Control and Prevention. Guidelines for environmental infection control in health-care facilities: recommendations of CDC and the Healthcare Infection Control Practices Advisory Committee (HICPAC). MMWR 2003; 52 (No. RR-10): 1-48.
24. Guideline for Disinfection and Sterilization in Healthcare Facilities, 2008 William A. Rutala, Ph.D., M.P.H.1,2, David J. Weber, M.D., M.P.H.1,2, and the Healthcare Infection Control Practices Advisory Committee (HICPAC).  
Miguel de Aquino, Roberto Rezk. Desinfección, desinfectantes, desinfectantes, limpieza. 1995.
25. Organización Mundial de la Salud. Manual de bioseguridad en el laboratorio, tercera edición. 2005.
26. Colombia. INVIMA. Documento preliminar Manual de Preparación, uso y almacenamiento adecuado de los desinfectantes liberadores de cloro en los servicios de las IPS., 2011
27. Información comercial y técnica QUIRUMEDICAS LTDA, Septiembre 2011.
28. Información comercial B. Braun Medical S.A.
29. Norma Técnica Colombiana 925. Productos químicos para uso industrial Cloro Líquido.
30. Guía de prevención, control y vigilancia epidemiológica de infecciones intrahospitalarias, Uso de Desinfectantes. Secretaria Distrital de Salud. 2004.
31. Organización Panamericana de la Salud. Manual de esterilización para centros de salud; 2008.
32. De Aquino Miguel, Rezk. Roberto. Desinfección, desinfectantes, desinfectantes, limpieza; Argentina; 1995.
33. Norma Técnica Colombiana 4672. Requisitos mínimos para la comercialización de desinfectantes de uso hospitalario de acuerdo a su indicación de uso.
34. Arroyabe Martha Lucia, Rendón Liliana Andrea, Montoya Luz Marina, González, German. Infecciones asociadas al cuidado en la práctica clínica: prevención y control. Primera edición. Corporación para investigaciones biológicas; 2011.



35. Resolución 1403 del 14 de mayo de 2007. Ministerio de la Protección Social de Colombia. Por la cual se determina el Modelo de Gestión del Servicio Farmacéutico, se adopta el Manual de Condiciones Esenciales y Procedimientos y se dictan otras disposiciones.
36. Centers for Disease Control and Prevention. Guidelines for environmental infection control in health-care facilities: recommendations of CDC and the Healthcare Infection Control Practices Advisory Committee (HICPAC). MMWR 2003; 52 (No. RR-10): 1-48.
37. Correa Ana Lucia. Escobar María Luisa. Gómez Carlos Ignacio. Limpieza y desinfección. Edición 1. Hospital Pablo Tobon Uribe; 2002.
38. Organización Mundial de la Salud. Manual de bioseguridad en el laboratorio, tercera edición; 2005.
39. Centers for Disease Control and Prevention. Guidelines for environmental infection control in health-care facilities: recommendations of CDC and the Healthcare Infection Control Practices Advisory Committee (HICPAC). MMWR 2003; 52 (No. RR-10): 1-3 Standards, Recommended Practices, and Guidelines Association of Operating Room Nurses. AORN 1997, 2002 y 2004.
40. República de Colombia, Ministerio de Salud. Decreto 3075 de 1997 Por el cual se reglamenta parcialmente la Ley 09 de 1979 y se dictan otras disposiciones, regulan todas las actividades que puedan generar factores de riesgo por el consumo de alimentos.
41. Norma Técnica NTS-USNA sectorial Colombiana 007 Norma sanitaria de manipulación de alimentos, 2005.
42. Barbut, PharmD, PhD; D. Menuet, BSc; M. Verachten, BSc; E. Girou, PharmD. infection control and hospital epidemiology june 2009, vol. 30, no. 6, Comparison of the Efficacy of a Hydrogen Peroxide Dry-Mist Disinfection.
43. Journal of Hospital Infection (2008) 70, 35e41, M.D. Bartels a,\*, K. Kristoffersen a, T. Slotsbjerg a, S.M. Rohde a, B. Lundgren a, H. Westh. Environmental meticillin-resistant Staphylococcus aureus (MRSA) disinfection using dry-mist generated hydrogen peroxide.
44. Colombia, Ministerio de salud y Ministerio del Medio Ambiente. Manual de procedimientos para la Gestión integral de los residuos hospitalarios y similares 2002.



45. Resolución 01164 DE 2002, Ministerio del Medio Ambiente Colombia por la cual se adopta el Manual de Procedimientos para la Gestión Integral de los residuos hospitalarios y similares.
46. Organización Mundial de la Salud. Guía sobre la reglamentación relativa al Transporte de sustancias infecciosas 2009–2010.
47. Organización Mundial de la Salud. Prevención de las infecciones nosocomiales, guía práctica 2a edición. 2003.
48. Siegel JD, Rhinehart E, Jackson M, Chiarello L, and the Healthcare Infection Control Practices Advisory Committee, 2007 Guideline for Isolation Precautions: Preventing Transmission of Infectious Agents in Healthcare Settings  
<http://www.cdc.gov/ncidod/dhqp/pdf/isolation2007.pdf>
49. Colombia. INVIMA. Documento preliminar Manual de Preparación, uso y almacenamiento adecuado de los desinfectantes liberadores de cloro en los servicios de las IPS., 2011.
50. Centers for Disease Control and Prevention Environmental Checklist for Monitoring Terminal Cleaning. 2010.
51. Philip C. Carling, MD, and Judene M. Bartley, MS, MPH, CIC Boston, Massachusetts, and Detroit, Michigan. Evaluating hygienic cleaning in Elath care settings: What you do not know can harm your patients. 2010. 43 Philip C. Carling, MD, and Judene M. Bartley, MS, MPH, CIC Boston, Massachusetts, and Detroit, Michigan. Evaluating hygienic cleaning in Elath care settings: What you do not know can harm your patients. 2010.
52. Manual de limpieza y desinfección de equipos y superficies metrosalud, medellin – colombia, enero 2014.
53. Praxis eje cafetero, protocolos y fichas técnicas 2016
54. Resolución 1840 de 2020 Por medio de la cual se adopta el protocolo de bioseguridad para el manejo y control el riesgo del coronavirus COVID-19, para la práctica de actividades físicas, recreativas y deportivas.

**William Peña**  
Presidente