	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
Versión: 03	Vigencia: 02/2014

PROYECTO DE CIRCULAR EXTERNA

Pereira, julio de 2020

PARA: DEPORTISTAS DE ALTOS LOGROS, ENTRENADORES Y LIGAS DEPORTIVAS DEL DEPARTAMENTO DE RISARALDA.

DE: SECRETARIA DE DESPACHO DE LA SECRETARÍA DE DEPORTE, RECREACIÓN Y CULTURA, SALUD Y ADMINISTRATIVA.

ASUNTO: **PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA EL REGRESO AL ENTRENAMIENTO DE LOS DEPORTISTAS DE ALTOS LOGROS EN EL DEPARTAMENTO DE RISARALDA**

Por medio del cual se adopta lo dispuesto por la Resolución No. 991 del 17 de junio de 2020 expedida por el Ministerio de Salud y Protección Social¹ “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”.


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 modalidades deportivas seleccionadas para deportistas de altos logros, con edades comprendidas entre los 18 y 69 años en cumplimiento de los requisitos de bioseguridad, con el fin de disminuir el riesgo de contagio durante el desarrollo de entrenamientos.

A causa de la emergencia sanitaria derivada del coronavirus SARS-COV-2, causante de la enfermedad denominada COVID-19; los atletas de alto rendimiento se han visto obligados acatar el aislamiento obligatorio decretado por el Gobierno Nacional, Municipal y Departamental, lo que ha generado en nuestros deportistas de alto logro y reserva deportiva suspender sus procesos sistemáticos, debido a la imposibilidad de realizar acondicionamiento y entrenamiento físico en el desarrollo de capacidades condicionales y coordinativas para mejorar el rendimiento físico a través del ejercicio.

Es así como debido al manejo de la epidemia por parte del gobierno nacional y a la evolución de esta, se ha considerado que es el momento de reiniciar las actividades de

¹ <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/resolucion-991-de-2020.pdf>

	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
Versión: 03	Vigencia: 02/2014

entrenamiento de alto rendimiento, partiendo del principio de que la reanudación no debe comprometer la salud de los atletas, sus familias o la comunidad en general y que la reactivación deportiva no influye en el riesgo de aumentar las tasas de transmisión local de COVID-19.

El retorno al entrenamiento permitirá a los deportistas iniciar un nuevo plan de entrenamiento, orientado al cumplimiento de los objetivos que quedaron pendientes, aumentar las capacidades físicas de los deportistas y ayudar a mantener sus cuerpos saludables y más fuertes. Así las cosas, es necesario que logren retomar la forma deportiva progresivamente y en consonancia con la evolución de la pandemia en Colombia.


Por lo anterior, este documento se genera por parte de la Secretaria Departamental de Deporte, Recreación y Cultura; con base en el protocolo de bioseguridad expedido por el Ministerio de Salud y Protección Social, con el objetivo encaminado a un retorno progresivo de los deportistas de alto rendimiento a sus entrenamientos deportivos; documento el cual será adoptado por el Departamento de Risaralda y servirá de soporte para otros municipios.

2. AMBITO DE APLICACIÓN

El presente lineamiento aplica solamente para los deportistas de alto rendimiento, es decir, los que pertenezcan a una federación deportiva, liga deportiva o seleccionados departamentales, sus respectivos entrenadores y el personal logístico mínimo necesario, con edades comprendidas entre los 18 y los 69 años, para la práctica deportiva individual y al aire libre de altos logros en el Departamento de Risaralda.

El inicio del regreso al entrenamiento según los lineamientos del Ministerio de Salud y de la Protección Social en las siguientes modalidades deportivas:

ARQUERÍA
ATLETISMO
ACTIVIDADES ACUÁTICAS Y SUBACUÁTICAS
CICLISMO RUTA
GOLF
LEVANTAMIENTO DE PESAS
TENIS DE CAMPO
TIRO DEPORTIVO

	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
Versión: 03	Vigencia: 02/2014

TRIATLÓN

5.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 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.

	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
Versión: 03	Vigencia: 02/2014

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 preestablecidas 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 los 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).

	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
Versión: 03	Vigencia: 02/2014

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

	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
Versión: 03	Vigencia: 02/2014

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 —NII si no son resistentes al aceite, —RII si son algo resistentes al aceite y —PII 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 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.

	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
Versión: 03	Vigencia: 02/2014

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.

6. MEDIDAS DE BIOSEGURIDAD PARA LA PRÁCTICA DEPORTIVA DE LOS DEPORTISTAS DE ALTOS LOGROS, ENTRENADORES Y PERSONAL DE APOYO DE LAS MODALIDADES DEPORTIVAS SELECCIONADAS:


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

1. Lavado de manos
2. Distanciamiento físico
3. Uso de tapabocas en áreas donde no se puede mantener una distancia mayor de 2 metros.

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.

Para el retorno a la normalidad deportiva, entendiendo como normalidad el conseguir la competición, se ha adoptado el modelo de fases buscando la consecución del estado de forma óptimo por parte del atleta para afrontar la fase final de competencia y limitar la aparición de lesiones en el proceso producto del des acondicionamiento físico. La recomendación inicial es que todos los deportes, independientemente de su nivel de riesgo, al momento de reiniciar el entrenamiento, lo hagan de forma gradual y con intensidades bajas que podrán ir aumentando de manera progresiva. Teniendo en cuenta las siguientes condiciones generales:

Evaluación de cada fase y autorización de paso a nueva fase solo mediante aprobación de la anterior.

	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
Versión: 03	Vigencia: 02/2014

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.

Garantizar adecuada preparación y control y seguimiento especializado para prevenir lesiones.

Monitoreo clínico como estrategia de control y seguimiento.


Realización de pruebas solo en **laboratorios certificados** (particulares).

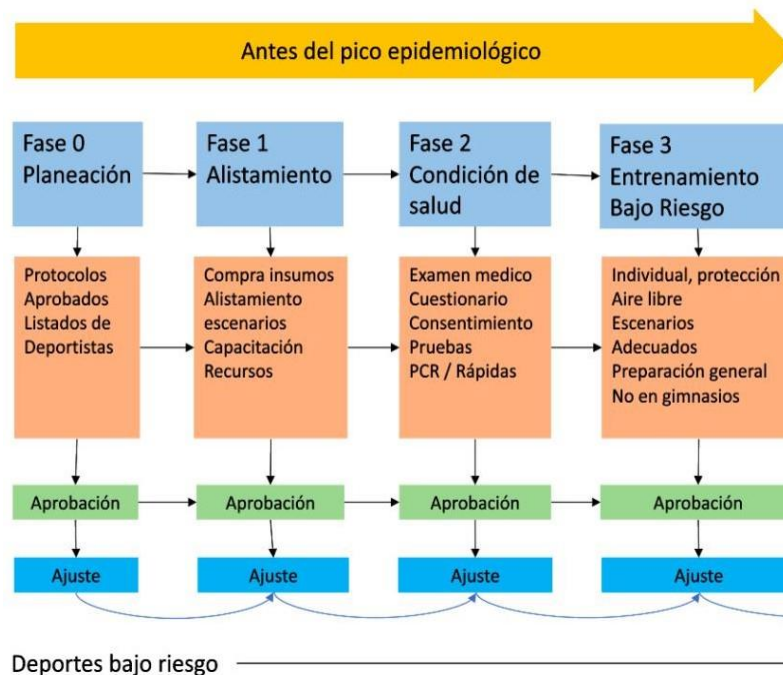
Articulación con las EPS ante cualquier evidencia de enfermedad.

Suspensión total de actividades ante la aparición de algún caso dentro el equipo o el personal de apoyo equipo

Optimización de pruebas a margen de seguridad para equipos, no sobreutilización de pruebas necesarios para diagnóstico de la pandemia.

Fase de retorno a la actividad deportiva en modalidades individuales al aire libre:

	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
Versión: 03	Vigencia: 02/2014



El Departamento de Risaralda se encuentra en la fase 1 del proceso de retorno a los escenarios deportivos de los atletas de alto rendimiento.

Fase 1: Alistamiento

El Departamento de Risaralda y los municipios sede de las selecciones departamentales de alto nivel, garantizarán el cumplimiento de las siguientes medidas:

- Verificar adecuación de instalaciones, indumentaria y entrega de kits.
- El recurso humano de la UCAD (Unidad de Ciencias Aplicadas al Deporte) ideará mediante el uso de tecnologías de la comunicación la capacitación de todo el personal involucrado en temas de autocuidado, corresponsabilidad y práctica de lavado de manos, uso del tapabocas, la manera de colocarlo y medidas de distanciamiento físico.
- Someter el sitio de entrenamiento determinado por cada liga a un proceso riguroso de limpieza y desinfección en su totalidad, siguiendo las recomendaciones dispuestas en los lineamientos de bioseguridad emitidos por el ministerio de Salud.

	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
Versión: 03	Vigencia: 02/2014

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

1. **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 escenario.
- Disponer en áreas comunes y zonas de trabajo de puntos para el lavado frecuente de manos según las recomendaciones del Ministerio de Salud.
- Se debe garantizar que el personal se pueda realizar el lavado de manos por los menos 6 veces al día.
- Se solicita que se organicen turnos para realizar el lavado de manos con el fin de que no se presenten, un mayor número de personas en el baño.
- Se solicita que por parte de los responsables de los sistemas de seguridad y salud en el trabajo realizar seguimiento y monitoreo a esta actividad.
- Se solicita intensificar las acciones de información, educación y comunicación para el desarrollo de esta actividad.

2. **Técnica de lavado de manos.**

El lavado de manos con agua y jabón debe realizarse cuando las manos están visiblemente sucias, antes y después de ir al baño, antes y después de comer, después de estornudar en las manos.

La higiene de manos con alcohol glicerinado se debe realizar siempre y cuando las manos están 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%.

Se deben tener recordatorios de la técnica en la zona en la cual se realiza el lavado de manos.

3. **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:


- Permanezca al menos a 2 metros 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.
- Controle el aforo del personal autorizado en el área o escenario deportivo.

	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
<p>Versión: 03</p>	<p>Vigencia: 02/2014</p>

- No se reúna en grupos (en caso de que se quiera deben ser reuniones grupales reducidas y cortas).
- Aproveche las ayudas tecnológicas con el fin de evitar aglomeraciones y que se limite el intercambio físico de documentos dentro de la sesión de entrenamiento.
- Aléjese de lugares muy concurridos y evite las congregaciones masivas.
- Además de las medidas cotidianas para prevenir el COVID-19, mantener el espacio entre usted y las demás personas es una de las mejores herramientas que tenemos para evitar estar expuestos al virus y desacelerar su propagación a nivel local, nacional y mundial.
- Considerar la ubicación y la distancia física del personal para desarrollar sus entrenamientos.
- Cada escenario deportivo debe establecer horarios de uso a manera de turnos, de tal forma de no sobre pasar el aforo máximo diseñado para el escenario deportivo en medio de la situación de la pandemia
- Se solicita que por parte de los responsables del área técnica y metodológica de cada liga realice el monitoreo a esta actividad.
- Las distancias sociales equivalentes serían: 5 m para caminata rápida (4 km/h), 10 m para carrera rápida (14,4 km / h) y 20 m para ciclismo rápido (30 km/h). La distancia social aerodinámicamente equivalente que debe mantenerse cuando se está en la “estela” de la persona a su vez debe aumentarse si la velocidad aumenta.

4. Elementos de Protección Personal- EPP.

- Se debe garantizar la incorporación de los elementos de protección personal (tapabocas y gel antibacterial glicerinado mínimo al 60%) necesarios para la prevención del contagio por COVID 19 por parte del equipo a los atletas y personal asistencial que participa en cada una de las sesiones de entrenamiento.
- Cada atleta y personal asistencial debe portar los kits de protección y el equipo debe garantizar su disponibilidad (mascarilla y alcohol glicerinado mínimo al 60 % y equipos de dotación, en los casos que se requieran).
- Tener un registro de los atletas y personal asistencial que participan en las sesiones de entrenamiento, lugar y horario de entrenamiento, con el fin de apoyar a las entidades encargadas de la seguridad de la ciudadanía.
- Garantizar que se cuente con suministro de mascarillas de manera continua.
- Informar las recomendaciones de usos eficiente de los EPP.

	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
Versión: 03	Vigencia: 02/2014

- El uso de guantes **NO ES RECOMENDADO** si no se van a manipular elementos como residuos, 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.

5. Manejo de la mascarilla y elementos de protección facial

Se recomienda el uso 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 la mascarilla 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.

6. Limpieza y desinfección.

- Desarrollar e implementar un protocolo de limpieza, desinfección permanente y mantenimiento del escenario deportivo a aplicar previo a la apertura y posterior del cierre del establecimiento, incluyendo zonas comunes y mobiliario, con productos de desinfección de uso doméstico o industrial. Así mismo, se debe garantizar jornadas de limpieza y desinfección periódicas durante el día.
- Incrementar la frecuencia de limpieza y desinfección del área destinada para esta labor, pisos, paredes, puertas, ventanas, divisiones, muebles, sillas, y todos aquellos elementos con los cuales las personas tienen contacto constante y directo.
- Elaboración de fichas técnicas e instructivos (idealmente digitales) sobre los procesos de limpieza y desinfección.
- Establecer protocolos de desinfección previos al uso de cualquier elemento o

	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
<p>Versión: 03</p>	<p>Vigencia: 02/2014</p>

herramienta de trabajo.

- 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.
- Disponer de paños y gel desinfectante que permitan asear las áreas de contacto (ej. el panel de control) de los equipos de uso general (ej., microondas) entre cada persona que lo utiliza, o designar a una persona que se encargue de efectuar su manipulación.
- Las áreas como pisos, baños, cocinas se deben lavar con un detergente común, para luego desinfectar con los desinfectantes entre los que se recomienda el hipoclorito de uso doméstico y dejarlo en contacto con las superficies de 5 a 10 minutos y después retirar con un paño húmedo y limpio, o también se puede utilizar dicloroisocianurato de sodio diluyéndolo de acuerdo con lo recomendado por el fabricante, entre otros.
- Así mismo 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.
- Realizar las actividades de seguimiento y monitoreo a través de registros e inspecciones.
- Realizar capacitación al personal de servicios generales.
- En caso de contratar empresas especializadas estas deberán contar con concepto sanitario expedido por las Direcciones Territoriales.
- Insumos empleados para realizar la actividad (escobas, traperos, trapos, esponjas, estropajos, baldes).
- Insumos químicos empleados, especificando dosis y naturaleza química del producto: desinfectantes, aromatizantes, desengrasantes, jabones o detergentes.

7. ¿Cómo se realiza la desinfección y limpieza de los establecimientos 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

	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
Versión: 03	Vigencia: 02/2014


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.
- 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 papelería 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.
- 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).

8. 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.

7. PREVENCIÓN Y MANEJO DE SITUACIONES DE RIESGO DE CONTAGIO.

	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
Versión: 03	Vigencia: 02/2014

Para la prevención del contagio del COVID-19, es necesario que los protocolos federativos se adapten a las condiciones de bioseguridad que emite este lineamiento. Se deben conocer los planes de entrenamiento de cada deportista, las obligaciones tanto de atletas como de entrenadores en cada sesión de entrenamiento, además de los tiempos de cada sesión. Esta información permite evidenciar las características proclives al riesgo de contagio en los lugares de trabajo.

Cada deportista, entrenador y personal de apoyo que desee regresar a los entrenamientos deberá firmar un consentimiento informado en el que 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 escritas 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 liga deportiva dentro de su protocolo puede especificar la voluntariedad del regreso a los entrenamientos, de tal forma que al atleta que decida no reincorporarse en esta fase de entrenamientos al aire libre no sea merecedor de ningún tipo de sanción por parte de la Liga.

La Liga Deportiva debe asegurar el cumplimiento de las siguientes actividades:

- Vigilancia de la salud de los deportistas, entrenadores y personal de apoyo en el contexto del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el retorno a los entrenamientos.
- Asegurar que se cumplan las disposiciones y recomendaciones de las autoridades de salud en relación con la prevención del contagio por COVID-19, previstas en el presente lineamiento.
- Cada persona relacionada en las listas aportadas por las diferentes federaciones deberá mostrar una prueba de detección negativa (-) para el Coronavirus antes del inicio de sus entrenamientos. Dichas pruebas deberán repetirse máximo cada 14 días mientras se extiende el periodo de entrenamiento y los lineamientos del Ministerio de Salud no indiquen un cambio en este apartado.
- Establecer un sistema de verificación para el control (Preferiblemente digital), en el que cada deportista, entrenador y personal de apoyo, registren todos los antecedentes epidemiológicos referentes al COVID-19.
- No permitir el ingreso y/o acompañamiento a las instalaciones deportivas, de personas que presenten síntomas de gripa ni cuadros de fiebre mayor o igual a 38°C.

	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
<p>Versión: 03</p>	<p>Vigencia: 02/2014</p>

- Reporte rutinario (diario), vía correo electrónico o telefónico, sobre el estado de salud y temperatura de los deportistas y su personal de apoyo, de acuerdo con autodiagnóstico que permita identificar síntomas y trayectorias de exposición al COVID-19.
- Fomentar el autocuidado, especialmente el monitoreo de temperatura corporal y de síntomas respiratorios por parte de los deportistas.
- Antes de ingresar a las instalaciones o iniciar labores, realizar el protocolo de lavado de manos.
- Establecer canales de información para que los deportistas informen cualquier sospecha de síntoma o contacto con personas diagnosticadas con COVID-19.
- 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.
- Se deberá elaborar un censo actualizado de los deportistas que viven con personas mayores a 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.
- Se debe desarrollar un proceso diario de monitoreo de estado de salud y temperatura. En lo posible, utilizando termómetro láser o digital, realizar la toma rutinaria de temperatura al ingreso y salida de la sesión de entrenamiento por persona que haya asistido al mismo.
- 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 las Ligas Deportivas y a través de ellas 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.

	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
<p>Versión: 03</p>	<p>Vigencia: 02/2014</p>

- Capacitar a los deportistas y entrenadores en aspectos básicos relacionados con la forma en que se transmite el COVID - 19 y las maneras de prevenirlo:
- Disponer de 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 individuales
- Signos y síntomas
- Importancia del reporte de condiciones de salud

8. RECOMENDACIONES EN LA VIVIENDA

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 la zona donde realizará su actividad deportiva y evite conglomeraciones de personas.
 - No saludar con besos, ni abrazos, ni dar la mano.
 - Utilizar el tapabocas todo el tiempo.

Al regresar a la vivienda

- Retirar el calzado deportivo a la entrada y lave la suela con agua y jabón, y depositar en un lugar especial.
- Lavar las manos de acuerdo con los protocolos del Ministerio de Salud y Protección Social.
- Evitar saludar con beso, abrazo y dar la mano.
 - Antes de tener contacto con los miembros de familia, bañarse con abundante agua y jabón, y cambiarse de ropa.
 - Mantener separada la ropa para la actividad deportiva, del resto de prendas personales.
- Lavar la ropa deportiva usada en la lavadora a mas de 60 grados centígrados 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.

	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
<p>Versión: 03</p>	<p>Vigencia: 02/2014</p>

- Mantener la casa ventilada, limpiar y desinfectar áreas, superficies y objetos de manera regular.
- Utilizar exclusivamente los espacios abiertos, restringiendo el espacio de áreas contemplativas, o espacios cerrados.
- Los espacios se utilizarán únicamente para la realización de actividad deportiva, (no se deben hacer reuniones o encuentros de familiares, amigos o encuentros deportivos).
- Mantener el distanciamiento social aerodinámicamente equivalente determinado para las modalidades deportivas habilitadas, propendiendo por el cumplimiento y automonitoreo.
- Cuando hay vientos cruzados considerables, la sugerencia es permanecer fuera de la corriente de deslizamiento del viento. Esto significa que se recomienda no caminar / correr / andar en bicicleta directamente detrás de los demás, sino desplazarse hacia el lado del viento.
- Las personas que caminen también en línea recta deben mantener una distancia de 5 metros, si no es posible, el usuario debe buscar una ubicación alternativa o salir del espacio.
- Se utilizarían las áreas de los parques bajo un control estricto, teniendo en cuenta el número de personas que pueden utilizar el espacio por metro cuadrado.
- Las actividades estarían enfocadas única y exclusivamente al retorno de la práctica deportiva recreativa de las siguientes modalidades deportivas objeto del presente protocolo.
- Volumen de la práctica deportiva: Intensidad y duración: Propender por el auto monitoreo de la intensidad de la práctica deportiva, prefiriendo las prácticas de intensidad moderada que son las que más beneficio proveen sobre el sistema inmune. Prácticas vigorosas pueden impactar el sistema de defensas del organismo. Se ha sugerido que el entrenamiento prolongado y extenuante se asocia con una depresión temporal del sistema inmunitario que dura horas o días. Un enfoque conservador sería aconsejar a los participantes limiten las sesiones de entrenamiento y retomen la práctica de manera gradual y progresiva según su situación actual de salud y su condición física
- El uso de zonas donde es posible que coincidan personas que realizan la práctica deportiva y la circulación de vehículos motorizados, debe garantizar la continuidad en el cumplimiento de los límites de velocidad dados para la zona urbana y rural, con el fin de evitar la accidentalidad de la población practicante de la actividad deportiva.
- Todas las personas con algún tipo de enfermedad crónica asociada (enfermedades cardiovasculares: angina, infarto, falla cardíaca: Enfermedades pulmonares: asma, EPOC; Obesidad, diabetes, hipertensión arterial, tabaquismo, cáncer; personas inmunosuprimidas) deben continuar con su actividad física en casa y seguir las recomendaciones de su médico tratante para dar apertura de alguna otra actividad física o deportiva adicional según el estado y control de su patología de base.
- Todas las personas con síntomas respiratorios agudos, como tos, fiebre,


	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
Versión: 03	Vigencia: 02/2014

estornudos. dolor de garganta o en contacto con otras personas con estos síntomas) no deben retornar a la práctica deportiva, deben mantener el lavado de manos, el uso permanente del tapabocas y el aislamiento físico y reportar la sintomatología a su entidad prestadora de servicios de salud.

- Al tener dudas sobre la seguridad del ejercicio, ya sea por experiencia propia o por indicación de un médico o por cualquier otra razón que le impida hacer ejercicio sin supervisión médica, se recomienda realizar su actividad cotidiana en casa, evitando posturas sentado, mayores a 2 horas.
 - Camine por su casa constantemente y en la próxima consulta preguntar a su médico los ajustes a realizar en su ejercicio según su condición particular.

¿Cómo se realizará el monitoreo de síntomas de contagio de COVID-19 entre deportistas y entrenadores?

- Realizar charlas informativas periódicas a las federaciones y a deportistas y entrenadores respecto de la implementación de medidas de prevención (distancia física, correcto lavado de manos, cubrimiento de nariz y boca con el codo al toser), uso adecuado de elementos de protección personal e identificación de síntomas (fiebre, tos seca y dificultad para respirar).
- Prevención y manejo de situaciones de riesgo de contagio.
- Asegurar que se cumplan las disposiciones y recomendaciones de las autoridades de salud en relación con la prevención del contagio por COVID-19.
- Se realizará 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 digital “Cuestionario de Salud Para el regreso al entrenamiento”)
- Se realizará seguimiento obligatorio, sobre el estado de salud y temperatura del deportista y personal de acompañamiento en cada una de las sesiones de entrenamiento. (encuesta digital “control diario de síntomas”)
- No se puede 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.
- Establecer canales de información para que los deportistas, entrenadores y personal de apoyo informen cualquier sospecha de síntoma o contacto con personas diagnosticadas con COVID-19.

	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
Versión: 03	Vigencia: 02/2014

- Promover la descarga de la aplicación Coronapp, disponible en Android e IOs, para reportar su estado de salud y de su grupo familiar.
- Se debe consolidar y mantener actualizada una base de datos completa de las personas autorizadas para salir a los entrenamientos. Teniendo en cuenta las reservas de información que establece la normativa vigente.
- Las federaciones deben aportar el listado de los deportistas a quienes se les autoriza a salir en este nivel de riesgo donde se especifiquen datos como edad, dirección de residencia, correo electrónico, un censo actualizado de las personas que viven con personas mayores a 70 años o con personas con morbilidades preexistentes susceptibles a los efectos del contagio de COVID-19 o que conviven con personas que presten servicios de salud.
- Asegurar que todos los autorizados estén afiliados al sistema de seguridad social integral.

Pasos a seguir en caso de presentar una persona con síntomas compatibles con COVID-19.

- Si una persona presenta síntomas de COVID-19 como: fiebre, tos, dificultad para respirar se cumplirá con el siguiente procedimiento: Manejo cerco epidemiológico.
- Comunicar el caso al médico encargado de cada uno de los deportes autorizados al regreso al entrenamiento.
- 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


	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
Versión: 03	Vigencia: 02/2014

afectada deberán reportar el caso a la EPS 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 secretaria 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.
- 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, en especial las superficies con las que ha estado en contacto el paciente.
- Las áreas como pisos, baños, cocinas se deben lavar con un detergente común, para luego desinfectar.
- El personal de limpieza utilizará equipo de protección individual adecuado dependiendo del nivel de riesgo que se considere en cada situación.
- Se debe garantizar que el personal se pueda realizar el lavado de manos de manera frecuente durante el día, y que se cuente con los insumos agua limpia, jabón y toallas de un único uso.

RECOMENDACIONES PARA TODOS LOS DEPORTES:

- La autorización de ingreso al escenario deportivo es exclusiva solo para el entrenador, el o los deportistas de alto rendimiento en edades comprendidas entre los 18 y 69 años.
- Los entrenadores y deportistas deben leer y firmar el consentimiento informado para el retorno al entrenamiento deportivo. (Anexo)
- El entrenador será el primero en llegar al escenario y es el responsable del ingreso de los atletas.
- Los deportistas deben estar 10 minutos antes de la hora programada.
- Evite llevar a cabo su entrenamiento si presenta síntomas como fiebre, tos, dificultad respiratoria, escalofrío, dolor muscular, dolor de cabeza, dolor de garganta, y/o pérdida de olfato o gusto, NO ASISTA y avise a su Entrenador.
- Cualquier sintomatología anormal, debe ser avisada al Entrenador.
- Conservar la distancia física antes, durante y después del entrenamiento.
- Lavado de manos, desinfección de calzados y elementos deportivos; al


	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
<p>Versión: 03</p>	<p>Vigencia: 02/2014</p>

ingreso del escenario deportivo.

- Toma de temperatura corporal (instrumento infrarrojo).
- Los deportistas tendrán 2 horas para, ingreso, entrenamiento y salida del escenario según horarios autorizados.
- Desinfección del escenario deportivo estará a cargo de la liga y/o entidad competente.
- Cada deportista y entrenador debe portar hidratación personal e individual, indumentaria y portar kit sanitario (Gel antibacterial o alcohol al 60%, toalla personal).
- El uso del tapabocas es obligatorio.
- Los implementos deportivos son de uso personal y no podrán ser compartidos.
- Evitar utilizar joyas, relojes y/o accesorios de cualquier tipo.
- Evite emitir fluidos corporales tales como escupir, (acción común de algunos deportistas).
- El atleta será el responsable de la desinfección de los implementos deportivos antes y después del uso
- El atleta deberá permanecer en el área asignada por el entrenador, conservando la distancia social
- El servicio de las baterías sanitarias no estará disponible al interior de los escenarios deportivos, salvo en casos de emergencia o fuerza mayor.
- Evitar caminar por las áreas comunes que no han sido asignadas durante el entrenamiento.
- Evitar reuniones innecesarias al interior de los escenarios, en el caso de realizarlas, que sea en espacios abiertos, bien ventilados, manteniendo siempre la distancia de mínimo 2 metros entre las personas (máximo 5 personas) y realizando previa y posterior limpieza de objetos utilizados.
- La distribución de los grupos se debe mantener durante todo el proceso de entrenamiento.
- Al llegar a casa, acogerse a los protocolos de desinfección, establecidos por el Ministerio del Deporte y Ministerio de Salud.

RESPONSABILIDADES DE LAS LIGAS DEPORTIVAS

- El protocolo de bioseguridad de las ligas deportivas deberá estar ajustado a lo establecido por el Ministerio de Salud y la Protección social expedida para tal fin, en especial lo estipulado por la Resolución No. 991 del 17 de junio de 2020,; 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,
- Es responsabilidad de la Liga deportiva actualizar el protocolo de bioseguridad y radicarlo según lo dispuesto por las alcaldías municipales si y solo si, se expide un protocolo específico para su disciplina deportiva por parte del Ministerio del Deporte y Ministerio de Salud y la Protección social y/o circular específica.

	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
<p>Versión: 03</p>	<p>Vigencia: 02/2014</p>

- Es responsabilidad de la Liga deportiva actualizar el protocolo de bioseguridad y radicarlo ante el Ministerio del Deporte, los cuales deberán cumplir con los requisitos generales establecidos en la Resolución No. 991 del 17 de junio de 2020.
- Vigilancia de la salud de los deportistas y entrenadores en el contexto del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el retorno a los entrenamientos.
- Suministrar y garantizar a los entrenadores para (casos especiales) elementos necesarios que requiera cada atleta al momento que un deportista no cuente con elementos de protección como (mascarilla, alcohol glicerinado mínimo al 60 %, equipos de dotación, en los casos que se requieran).
- Verificar, suministrar elementos de aseo y asegurar el cumplimiento del protocolo de bioseguridad referente a la desinfección del escenario deportivo si le compete (Municipio, Entidad, o tercero a cargo del escenario).
- Garantizar e implementar los protocolos de bioseguridad para el retorno al entrenamiento de deportistas de altos logros, entrenadores y personal de apoyo al interior del escenario si le compete (Municipio, Entidad, o tercero a cargo del escenario).
- Socializar y diligenciar el documento de consentimiento informado para el retorno al entrenamiento deportivo con sus deportistas y certificar mediante fotocopia de documento de identidad la mayoría de edad de los mismos.
- Asegurar que se cumplan las disposiciones y recomendaciones de las autoridades de salud en relación con la prevención del contagio por COVID-19, previstas en el presente lineamiento.
- Elaborar formato de ingreso y salida de los entrenadores, deportistas, cada persona relacionada en las listas aportadas deberá mostrar una prueba de detección negativa (-) para el Coronavirus COVID 19, antes del inicio de sus entrenamientos. Dichas pruebas deberán repetirse máximo cada 14 días mientras se extiende el periodo de entrenamiento y los lineamientos del Ministerio de Salud no indique un cambio en este apartado.
- Acompañar al equipo biomédico de la Secretaria Departamental de Deporte Recreación y Cultura, el cual realizará evaluaciones médicas para conocer el estado de salud tanto de los atletas como entrenadores.
- Establecer un sistema de verificación para el control (Preferiblemente digital), en el que cada deportista, entrenador y personal de apoyo, registren todos los antecedentes epidemiológicos referentes al COVID-19.

	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
<p>Versión: 03</p>	<p>Vigencia: 02/2014</p>

- No permitir el ingreso y/o acompañamiento a las instalaciones deportivas, de personas que no se encuentren en los listados autorizados y que presenten síntomas gripales o cuadro de fiebre mayor o igual a 38°C.
- Fomentar el autocuidado, especialmente el monitoreo de temperatura corporal y de síntomas respiratorios por parte de los deportistas.
- Establecer canales de información para que los deportistas informen cualquier sospecha de síntoma o contacto con personas diagnosticadas con COVID-19.
- 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.
- Elaborar una encuesta actualizando datos de los deportistas y las personas que viven en sus sitios de residencia, como personas mayores a 70 años, 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 personas que presten sus servicios en el sector salud, esta información debe estar disponible en el momento que sea solicitado por la entidades de Salud, entes Municipales y Departamentales de deporte.
- Se debe desarrollar un proceso diario de monitoreo de estado de salud y temperatura. En lo posible, utilizando termómetro láser o digital, realizar la toma rutinaria de temperatura al ingreso y salida de la sesión de entrenamiento por persona que haya asistido al mismo.
- Las Ligas deportivas deben notificar al departamento por escrito los deportistas selección de alto rendimiento.

RESPONSABILIDAD DE ENTRENADORES

- Verificar que cada atleta porte el kit de protección, de lo contrario suministrar, garantizar y tener a disposición elementos necesarios para tal fin como son (mascarilla, alcohol glicerinado mínimo al 60 %, equipos de dotación, en los casos que se requieran).
- Tener un registro de los atletas que participan en las sesiones de entrenamiento, lugar y horario, con el fin de apoyar a las entidades encargadas de la


	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
Versión: 03	Vigencia: 02/2014

seguridad de la ciudadanía.

- Reportar de manera inmediata al UCAD en caso de aparición de síntomas relativos al COVID-19 que puedan presentar los deportistas y demás personas que hagan parte de la actividad deportiva.
- Ingresar de manera puntual al escenario y realizar la desinfección de elementos necesarios para el entrenamiento.
- Verificar que cada deportista utilice correctamente el tapabocas antes y después del entrenamiento.
- Establecer los tiempos de lavado de manos.
- Adoptar los lineamientos establecidos en el presente documento.
- Tener presente las recomendaciones establecidas por las entidades gubernamentales para los desplazamientos desde y hasta el lugar de entrenamiento.
- Antes de ingresar a las instalaciones o iniciar labores, realizar el protocolo de lavado de manos y garantizar el cumplimiento del protocolo de bioseguridad en sus deportistas.
- Cumplir con elementos de protección necesarios como (mascarilla, alcohol glicerinado mínimo al 60 %, equipos de dotación)
- Tener el termómetro digital para el ingreso del mismo.

RESPONSABILIDADES DEL DEPORTISTA

- Diligenciar diariamente las planillas establecidas para el ingreso al escenario.
- Diligenciar el consentimiento informado para el retorno al entrenamiento deportivo. (Anexo)
- Portar la dotación e implementación deportiva personal para la realización del entrenamiento deportivo, la cual debe ser de uso personal.
- Portar el kit personal de bioseguridad (Gel antibacterial o alcohol al 60%, toalla personal).
- El uso del tapabocas es obligatorio.
- Utilizar una bolsa de zip, para guardar el tapabocas durante el tiempo de entrenamiento, de acuerdo con la disciplina deportiva.
- Cumplir puntualmente al entrenamiento en el horario establecido.
- Seguir las recomendaciones del entrenador y personal de salud.
- Tener presente las recomendaciones establecidas por las entidades gubernamentales para los desplazamientos desde y hasta el lugar de entrenamiento.

	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
<p>Versión: 03</p>	<p>Vigencia: 02/2014</p>


- Desinfectar los equipos y elementos de entrenamiento de manera permanente.
- Disponer los residuos en los lugares indicado para tal fin.
- Antes de ingresar a las instalaciones o iniciar labores, realizar el protocolo de lavado de manos.
- Aléjese de lugares muy concurridos y evite las congregaciones masivas.
- Cumplir con el distanciamiento social durante el desarrollo de su entrenamiento.
- Cumplir y respetar los espacios asignados para su disciplina al interior del escenario deportivo.
- No se permite el contacto físico antes, durante y después del entrenamiento.
- Cumplir con elementos de protección necesarios como (mascarilla, alcohol glicerinado mínimo al 60 %, equipos de dotación).
- Solo está autorizado el entrenamiento individual.

RESPONSABILIDAD DEL MUNICIPIO, ENTIDAD O TERCERO

- Desarrollar e implementar el protocolo de limpieza y desinfección permanente del escenario deportivo.
- Incrementar la frecuencia de limpieza y desinfección de las áreas destinadas para el desarrollo de las actividades deportivas, pisos, paredes, puertas, ventanas, divisiones, muebles, sillas, y todos aquellos elementos con los cuales las personas tienen contacto constante y directo.
- Establecer un procedimiento de limpieza y desinfección diario previo a la apertura y posterior del cierre del escenario deportivo, incluyendo sus zonas comunes y mobiliario, con productos de desinfección de uso doméstico o industrial. Así mismo, garantizar jornadas de limpieza y desinfección periódicas durante el día.
- Elaboración de fichas técnicas (idealmente digitales) sobre los procesos de limpieza y desinfección.
- Realizar capacitación al personal de servicios generales.
- Insumos químicos empleados, especificando dosis y naturaleza química del producto: desinfectantes, aromatizantes, desengrasantes, jabones o detergentes.
- Instalar recipientes adecuados para el destino final de los elementos de bioseguridad utilizados por el personal, que sean de un solo uso o desechables.

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.

	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
Versión: 03	Vigencia: 02/2014

- 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.
- Señalética

RESPONSABILIDAD DEL ENTE DEPARTAMENTAL

- 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.
- Capacitar a los deportistas y entrenadores en aspectos básicos relacionados con la forma en que se transmite el COVID - 19 y las maneras de prevenirlo
- Disponer de información general relacionada con los lugares en los que puede haber riesgo de exposición.
- Realizar pruebas moleculares de tamizaje a los deportistas, entrenadores y personal de apoyo para garantizar que, al inicio de los entrenamientos, cuenten con una prueba negativa.
- Elegir el laboratorio para la aplicación de las pruebas, para la pesquisa de asintomáticos para el COVID-19, el que debe contar preferiblemente con cobertura nacional y cumplir con los estándares requeridos por los entes de control.
- El seguimiento a la lista de personas tamizadas está a cargo del servicio médico de la UCAD (Unidad de Ciencias Aplicadas al Deporte), quienes generarán un reporte a las autoridades locales y nacionales.
- Realizar el seguimiento a la parte procedimental de la aplicación de pruebas de detección del COVID-19 tanto para el retorno a la práctica deportiva como para la permanencia en los entrenamientos de deportistas, entrenadores y personal de apoyo.
- Realizar la prueba de tamizaje inicial de PCR a los deportistas de alto rendimiento que integran el seleccionado departamental y entrenadores.
- Aplicar pruebas de seguimiento serológicas IgG/IgM cada 14 días, sin cambiar el esquema de su realización durante todas las fases establecidas.
- Realizar la evaluación médica que llevará a cabo el equipo biomédico de la Secretaria Departamental semanalmente, evaluaciones a realizar (preferiblemente en medio digital), para conocer el estado de salud tanto de los atletas como entrenadores.
- Recopilar los documentos diligenciados por parte de las Ligas deportivas y sus deportistas de alto rendimiento, referente al consentimiento informado para el retorno al entrenamiento deportivo, verificar requisito de mayoría de edad y suministrar listado oficial de los deportistas que están habilitados para llevar sus prácticas al interior de los escenarios deportivos.
- Aplicar el protocolo definido por el Ministerio de Salud y de Protección Social para el tratamiento de las personas con síntomas, o que hayan sido diagnosticadas con COVID-19.

	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
Versión: 03	Vigencia: 02/2014

- Retirar a las personas que no cumplan con el protocolo, toda vez que no podrán ser parte de cualquier actividad de entrenamientos o de un posterior regreso a competencia oficial.

LINEAMIENTOS PARA EL USO DE LOS ESCENARIOS DEPORTIVOS POR PARTE DE LOS ATLETAS DE ALTO RENDIMIENTO EN EL DEPARTAMENTO DE RISARALDA

Los Escenarios Deportivos solo están habilitados para la práctica individual de deportistas de alto rendimiento; quedan prohibidas las competencias, combates o gestos técnicos que impliquen la participación de 2 o más atletas, dado que, solo se está permitida la actividad deportiva con fines de entrenamiento y acondicionamiento físico.

TIRO CON ARCO

La Liga debe garantizar la aplicación del protocolo de bioseguridad en el proceso de desinfección del escenario deportivo, elementos e implementos deportivos los cuales deben ser de uso personal, toda vez que, es un escenario administrado por otra entidad.


Se recomienda tener los grupos estables en las 2 modalidades así:

Modalidad compuesta de 8 a 10 de la mañana

Modalidad recurvo de 2 a 4 PM

ESCENARIO DE TIRO CON ARCO							
HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
7:00 a. m.							
8:00 a. m.	COMPUESTO (4 DEP)	COMPUESTO (4 DEP)	COMPUESTO (4 DEP)	COMPUESTO (4 DEP)	COMPUESTO (4 DEP)		
9:00 a. m.							
10:00 a. m.							
11:00 a. m.							
12:00 p. m.							
1:00 p. m.							
2:00 p. m.	RECURVO (5 DEP)	RECURVO (5 DEP)	RECURVO (5 DEP)	RECURVO (5 DEP)	RECURVO (5 DEP)		
3:00 p. m.							
4:00 p. m.							

NUMERO DE DEPORTISTAS AUTORIZADOS

	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
Versión: 03	Vigencia: 02/2014

TIRO CON ARCO	9	SE RECOMIENDA MANTENER LOS GRUPOS ESTABLES DE ATLETAS SEGÚN LA MODALIDAD
---------------	----------	--

PISTAS ATLETISMO UTP

Se debe realizar desinfección del calzado al ingreso a la pista.

La Liga deberá realizar los procesos de desinfección de elementos e implementos deportivo.

Nota: se deben tener en cuenta los protocolos diseñados por la Universidad Tecnológica de Pereira para el ingreso al escenario.

PISTA UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA							
HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
1:00 p. m.							
2:00 p. m.							
3:00 p. m.	ATLETISMO (3 DEP)		ATLETISMO (3 DEP)		ATLETISMO (3 DEP)		
4:00 p. m.							
5:00 p. m.							
6:00 p. m.							

NUMERO DE DEPORTISTAS AUTORIZADOS

ATLETISMO	3
-----------	----------


PISCINAS VILLA OLIMPICA

La Liga debe garantizar la aplicación del protocolo de bioseguridad en el proceso de desinfección de los deportistas al ingreso del escenario deportivo.

La distribución de los grupos se debe mantener durante todo el proceso

Natación ingresa a las 6:00 am y se desplaza hacia el lado izquierdo ubicándose en zona descanso debajo de las gradas. Espacio utilizado para cambio de ropa o vestuario, cumpliendo el distanciamiento físico.

Subacuáticas ingresa a las 8:00 AM y se desplaza por el lado derecho y se ubica en el acceso

	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
Versión: 03	Vigencia: 02/2014

a las graderías.

Clavados ingresa a la 8:30 am, se desplazan al lado derecho y se ubican en la carpa habitual de entrenamiento.


Natación Discapacidad ingresa a las 10:00 am y se desplaza por el lado izquierdo y se ubican en la zona de descanso debajo de las gradas.

Polo Acuático ingresa a las 12:00 M y se desplaza por el lado derecho y se ubica en el acceso a las graderías del escenario.

Triatlón ingresa a las 4:00 pm y se desplaza por el lado izquierdo y se ubican en la zona habitual debajo de las graderías.

PISCINA VILLA OLIMPICA							
HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
5:00 a. m.							
6:00 a. m.	NAT CARRERAS (5 DEP)	NAT CARRERAS (5 DEP)	NAT CARRERAS (5 DEP)	NAT CARRERAS (5 DEP)	NAT CARRERAS (5 DEP)		
7:00 a. m.							
8:00 a. m.	NAT ALETAS (5 DEP)	NAT ALETAS (5 DEP)	NAT ALETAS (5 DEP)	NAT ALETAS (5 DEP)	NAT ALETAS (5 DEP)		
9:00 a. m.							
10:00 a. m.							
11:00 a. m.							
12:00 p. m.							
1:00 p. m.							
2:00 p. m.							
3:00 p. m.							
4:00 p. m.	TRIATLON (3 DEP)	TRIATLON (3 DEP)	TRIATLON (3 DEP)	TRIATLON (3 DEP)			
5:00 p. m.							

POSO DE CLAVADOS							
HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
7:00 a. m.							

	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
Versión: 03	Vigencia: 02/2014

8:30 a. m.	CLAVADOS (2 DEP)	CLAVADOS (2 DEP)	CLAVADOS (2 DEP)	CLAVADOS (2 DEP)	CLAVADOS (2 DEP)		
9:00 a. m.							
10:00 a. m.							
11:00 a. m.							

NUMERO DE DEPORTISTAS AUTORIZADOS

NATACION CARRERAS	5
CLAVADOS	2
NATACION CON ALETAS	5
TRIATHLON	3

CICLISMO DE RUTA

La Liga debe garantizar la aplicación del protocolo de bioseguridad durante el desarrollo de la sesión de entrenamiento de los deportistas.

La distribución de los grupos se debe mantener durante todo el proceso.

GOLF

El entrenamiento deportivo se desarrolla en las instalaciones del Club Campestre de Pereira, por lo que los deportistas deberán ajustarse a los protocolos de este.

LEVANTAMIENTO DE PESAS COLISEO PRIMERO DE FEBRERO

La Liga debe garantizar la aplicación del protocolo de bioseguridad en el proceso de desinfección del escenario deportivo y los elementos e implementos deportivos, toda vez que, es un escenario administrado por otra entidad

La distribución de los grupos se debe mantener durante todo el proceso

Levantamiento de Pesas tendrá los siguientes horarios 9:00 a.m. a 11:00 a.m. y 12:00 a 2:00 p.m.

COLISEO PRIMERO DE FEBRERO - LEV PESAS							
HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
6:00 a. m.							

	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
Versión: 03	Vigencia: 02/2014

7:00 a. m.							
8:00 a. m.							
9:00 a. m.	LEV PESAS (3 DEP)	LEV PESAS (3 DEP)	LEV PESAS (3 DEP)	LEV PESAS (3 DEP)	LEV PESAS (3 DEP)		
10:00 a. m.							
11:00 a. m.							
12:00 p. m.	LEV PESAS (3 DEP)	LEV PESAS (3 DEP)	LEV PESAS (3 DEP)	LEV PESAS (3 DEP)	LEV PESAS (3 DEP)		
1:00 p. m.							
2:00 p. m.							
3:00 p. m.							


NUMERO DE DEPORTISTAS AUTORIZADOS

LEV PESAS	3
-----------	----------

TENIS DE CAMPO

La Liga debe garantizar la aplicación del protocolo de bioseguridad en el proceso de desinfección del escenario deportivo, elementos e implementos deportivos los cuales deben ser de uso personal; toda vez que, es un escenario administrado por otra entidad.

CANCHAS TENIS DE CAMPO VILLA OLIMPICA							
HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
8:00 a. m.							
9:00 a. m.		TENIS DE CAMPO (4 DEP)	TENIS DE CAMPO (4 DEP)	TENIS DE CAMPO (4 DEP)	TENIS DE CAMPO (4 DEP)	TENIS DE CAMPO (4 DEP)	
10:00 a. m.							
11:00 a. m.							
12:00 p. m.							
1:00 p. m.							
2:00 p. m.							
3:00 p. m.							
4:00 p. m.	TENIS DE CAMPO (4 DEP)	TENIS DE CAMPO (4 DEP)	TENIS DE CAMPO (4 DEP)	TENIS DE CAMPO (4 DEP)	TENIS DE CAMPO (4 DEP)		
5:00 p. m.							
6:00 p. m.							
7:00 p. m.							
8:00 p. m.							

	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
Versión: 03	Vigencia: 02/2014

NUMERO DE DEPORTISTAS AUTORIZADOS.

TENIS DE CAMPO	4
----------------	---

TIRO DEPORTIVO

El entrenamiento deportivo se desarrolla en las instalaciones del Club Punto 30, por lo que los deportistas deberán ajustarse a los protocolos de este.

La Liga debe garantizar la aplicación del protocolo de bioseguridad en el proceso de desinfección de los deportistas al inicio y finalización de la práctica deportiva.

La distribución de los grupos se debe mantener durante todo el proceso.

TRIATLÓN

La Liga debe garantizar la aplicación del protocolo de bioseguridad en el proceso de desinfección de los deportistas al inicio y finalización de la práctica deportiva.


La distribución de los grupos se debe mantener durante todo el proceso.

REGISTRO DE PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD

Las ligas deportivas con reconocimiento deportivo vigente, para iniciar sus actividades deportivas al interior de los Escenarios Deportivos, deberán cumplir con los siguientes requisitos así:

- Inscribir sus protocolos de bioseguridad ante la Entidad competente de su Municipio, Federación correspondiente y ante el Ministerio del Deporte.
- Los lineamientos del protocolo de bioseguridad deberán estar ajustados a lo establecido por el Ministerio de Salud y la Protección social en la Resolución No. 0991 del 17 de junio de 2020.
- La Liga deportiva se deberá comprometer actualizar el protocolo de bioseguridad y radicarlo según lo dispuesto por las alcaldías municipales, federaciones correspondientes y por el Ministerio del Deporte.

Las Ligas deportivas deberán suministrar los siguientes documentos ante la entidad administradora del escenario deportivo, para iniciar la práctica deportiva de manera individual de deportistas de alto rendimiento al interior del Escenario Deportivo, así:

	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
Versión: 03	Vigencia: 02/2014

- Certificado de aprobación del protocolo de bioseguridad, por parte de la autoridad competente en cada uno de los municipios del Departamento.
- Presentar la prueba de detección negativa (-) para el Coronavirus antes del inicio de sus entrenamientos. Dichas pruebas deberán repetirse máximo cada 14 días mientras se extiende el periodo de entrenamiento y los lineamientos del Ministerio de Salud no indiquen un cambio en este apartado.
- Diligenciar el formato de consentimiento informado por cada deportista de alto rendimiento y certificar su mayoría de edad mediante fotocopia del documento de identidad del deportista. **Se anexa modelo.**


Las Ligas deportivas que incumplan con el protocolo de bioseguridad serán suspendidas y cerrado el escenario deportivo para el desarrollo de su entrenamiento y acondicionamiento físico.

Nota aclaratoria:

La sostenibilidad de los protocolos en el tiempo dependerá de los presupuestos asignados en los municipios y el Departamento para tal fin.

JAVER DARIO MARULANDA GOMEZ
 Secretario de Despacho
 Secretaría de Salud

ANA LUCÍA CÓRDOBA VELÁSQUEZ
 Secretaria de Despacho
 Secretaría de Deporte, recreación y cultura

	<p align="center">DEPARTAMENTO DE RISARALDA Secretaría de Deporte, Recreación y Cultura</p> <p align="center">GESTIÓN DEPORTIVA, RECREATIVA Y CULTURAL GESTIÓN DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p align="center">CIRCULAR</p>
Versión: 03	Vigencia: 02/2014

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: