

RESOLUCIÓN 991 DE 17 DE JUNIO DE 2020

Preguntas frecuentes



El progreso
es de todos

Mincomercio



PREGUNTAS Y RESPUESTAS

RESOLUCIÓN 991 DE 17 DE JUNIO DE 2020

Por medio del cual se adopta el protocolo de bioseguridad para el manejo y control del riesgo de coronavirus COVID-19 en las actividades relacionadas con el entrenamiento de los deportistas de alto rendimiento, profesionales y recreativos

1. **¿Cuál es el objeto de esta resolución?**

R/ 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, tanto para deportistas de altos logros como deportistas recreativos 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.

2. **¿Cuál es la distancia que debo mantener para caminar, correr o andar en bicicleta?**

R/ La distancia social que dos personas necesitan al caminar, correr o andar en bicicleta para mantener el mismo nivel de riesgo de no exposición a las gotas, es de 1.5 metros, 2 metros o 6 pies, que deben mantener dos personas de pie y uno frente al otro.

3. **¿Si soy deportista de alto rendimiento qué debo hacer para retornar a la normalidad deportiva?**

R/ Debes adoptar el "modelo de fases" basado en la consecución del estado de forma óptima por parte del atleta para afrontar la fase final de competencia y limitar la aparición de lesiones producto del des-acondicionamiento físico; esto implica que el reinicio de la práctica debe hacerse de forma gradual y con intensidades bajas que podrán ir en aumento de manera progresiva.

4. **¿Cuáles son las fases del modelo para el retorno a la normalidad deportiva?**

R/ FASE 0: Planeación
FASE 1: Alistamiento
FASE 2: Condición de Salud
FASE 3: Entrenamiento bajo riesgo



5. ¿En qué consiste la FASE 0: PLANEACIÓN para el retorno a la normalidad deportiva?

R/ Cada federación debe reportar la condición de salud de los deportistas, entrenadores y personal de apoyo y reportar al Ministerio del Deporte:

- Listado de deportistas y una propuesta de división en grupos por sesión de entrenamiento (especialmente importante en deportes de conjunto); igualmente definir demarcaciones en el campo deportivo que garanticen el distanciamiento físico.
- Listado de los miembros del cuerpo técnico, médico y de preparación física que hacen parte del acompañamiento a los entrenamientos; dentro de este listado debe designarse a una persona que será el encargado de verificar el cumplimiento de las medidas de bioseguridad. Esta persona junto con la Federación, serán los encargados de vigilar, informar y monitorear que los procedimientos se cumplan a cabalidad y responder a las visitas de seguimiento que se hagan por parte del Ministerio del Deporte, la federación o una autoridad competente definida.
- La persona encargada designada para la vigilancia y control de las medidas de bioseguridad junto con el cuerpo médico, serán los encargados de transmitir la información y explicar los procesos a cada uno de los deportistas, entrenadores y personal de apoyo involucrados.
- La persona designada para la vigilancia y control de las medidas de bioseguridad debe asegurar la capacitación a las personas de aseo para la limpieza y desinfección de las áreas y escenarios usados para el retorno a la práctica deportiva. Además, será el encargado de la entrega de listas de control, certificados y demás seguimientos requeridos al Ministerio del Deporte y/o la federación.

6. ¿En qué consiste la FASE 1: ALISTAMIENTO para el retorno a la normalidad deportiva?

R/ El Ministerio del Deporte junto con los entes Deportivos Departamentales, Distritales, Municipales garantizarán el cumplimiento de las siguientes medidas:

- Verificar adecuación de instalaciones, indumentaria y entrega de kits.
- El recurso humano del Centro de Ciencias del Deporte (CCO) del Ministerio del Deporte ideará, mediante el uso de tecnologías de la comunicación, la capacitación de todo el personal involucrado en temas de autocuidado,

corresponsabilidad y práctica del lavado de manos, uso del tapabocas, la manera de colocarlo y medidas de distanciamiento físico.

- Someter el sitio de entrenamiento determinado por cada federación, 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.

7. ¿En qué consiste la FASE 2: CONDICIÓN DE SALUD para el retorno a la normalidad deportiva?

R/ Los clubes, federaciones o instituciones con respecto a deportistas de alto rendimiento que integren selecciones nacionales, departamentales o municipales son responsables de:

- 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 aplicación de pruebas para la pesquisa de asintomáticos para el COVID-19, el que debe contar preferiblemente con cobertura nacional y cumplir con todos los estándares requeridos por los entes de control. El seguimiento a la lista de personas tamizadas está a cargo del servicio médico del Centro de Ciencias del Deporte quienes generan 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.
- Aislar inmediatamente a la persona que presente un resultado positivo, la cual quedará en aislamiento obligatorio por cuarentena en cumplimiento a las medidas determinadas por el Ministerio de Salud para los casos confirmados por COVID-19 y realizar seguimiento a sus nexos epidemiológicos.
- Realizar prueba de tamizaje inicial de PCR.
- Aplicar pruebas de seguimiento cada 14 días. Se realizarán pruebas serológicas IgG/IgM, sin cambiar el esquema de su realización durante todas las fases establecidas. Estas pruebas serán realizadas a TODO el personal de la lista de cada club y demás personal que tenga que estar involucrado en la participación

del protocolo de retorno al deporte (jugadores, personal de salud, personal de logística, cuerpo técnico, directivos, personal sanitario).

- Reportar por parte del club, el listado del personal de apoyo en la sede de entrenamiento, que incluye personal de seguridad, aseo y transporte, que ha de ser parte de dichas rutinas.
- Aplicar el protocolo definido por el Ministerio de Salud y Protección Social para el tratamiento de las personas con síntomas o que hayan sido diagnosticadas con COVID-19.
- Retirar a las personas que no cumplan el protocolo, toda vez que no podrán ser parte de cualquier actividad de entrenamientos o de un posterior regreso a competencia oficial.

8. ¿En qué consiste la FASE 3: ENTRENAMIENTO BAJO RIESGO para el retorno a la normalidad deportiva?

R/ Comprende la fase de entrenamiento individual:

- No se permitirá el ingreso a las instalaciones a nadie externo, esto incluye a todos los directivos del plantel y del comité organizador. El personal no incluido en los listados no hace parte del alcance de este protocolo.
- El cuerpo médico debe certificar que conoce el historial médico de cada uno de los miembros listados, en cuanto a comorbilidades (hipertensión, diabetes, deficiencias respiratorias o problemas cardiovasculares) las cuales pueden aumentar la posibilidad de complicaciones frente a un posible contagio. Se recomienda excluir al deportista, entrenador, técnico o personal de apoyo que presente cuadro de hipertensión arterial y/o diabetes.
- La persona que cumple la función de vigilancia de las medidas de bioseguridad se ubicará al ingreso del escenario deportivo.
- El deportista deberá responder el cuestionario de seguimiento diario preferiblemente en medio digital.
- Los entrenamientos solo pueden realizarse al aire libre, garantizando un implemento deportivo por deportista y la distancia social mínima, estableciendo para ello horarios de entrenamiento.
- Controlar el aforo del personal autorizado en el área o escenario deportivo.

9. ¿Qué actividades deben desarrollar los clubes, federaciones o institutos para garantizar el lavado de manos?

R/

- Garantizar que el personal se pueda realizar el lavado de manos por los menos 6 veces al día.
- Organizar turnos para realizar el lavado de manos con el fin de que no se presenten, un mayor número de personas en el baño.
- Los responsables de los sistemas de seguridad y salud en el trabajo deben realizar seguimiento y monitoreo a esta actividad.
- Intensificar las acciones de información, educación y comunicación para el desarrollo de esta actividad.

10. ¿Cuáles son las medidas de bioseguridad que se deben tener en cuenta durante el entrenamiento?

- Lavarse las manos al llegar al lugar del entrenamiento, al finalizar la práctica y antes y después de ir al baño.
- Uso permanente del tapabocas por el personal de apoyo
- Establecer rutinas físicas que permitan el distanciamiento de 2 metros
- Está prohibido escupir.
- No se recomienda el uso de guantes, salvo, si se van a manipular elementos como residuos, o realizar la limpieza y desinfección de superficies; en el resto de las situaciones se recomienda el lavado de manos con agua, jabón y toallas desechables.
- Instalar canecas con tapa y doble bolsa negra 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.
- Cada atleta y personal asistencial debe portar tapabocas y alcohol glicerinado mínimo al 60% y los Entes Deportivos deben garantizar su disponibilidad.
- Dotar los baños de manera constante y suficiente de papel higiénico y agua potable, dispensador de jabón antibacterial y toallas desechables para el lavado de manos. No podrá haber más de una persona en el baño.

- Usar el salón de fisioterapia o recuperación solo si es estrictamente necesario. Propender que los procesos de recuperación se realicen con ejercicios en casa; de requerirse, solo puede haber un jugador por sesión.
- El fisioterapeuta debe seguir las medidas de bioseguridad: uso de tapabocas durante toda la sesión de entrenamiento, uso de guantes y evitar al mínimo el contacto directo con la piel del jugador.
- Una vez finalice cada sesión, los implementos utilizados deben ser desinfectados con alcohol antiséptico.

11. ¿Si soy un deportista recreativo, qué medidas adicionales de bioseguridad debo tener en cuenta?

- Realizar el lavado de manos con agua potable y jabón varias veces al día, antes de iniciar la práctica deportiva, al finalizarla y mínimo cada tres horas durante el día; cuando las manos estén contaminadas con secreción respiratoria, después de toser o estornudar, antes y después de ir al baño o cuando estén visiblemente sucias.
- Tener en cuenta que el lavado de manos debe durar mínimo de 20 a 30 segundos; si no se dispone de un sitio para realizarlo deberá contar con un kit que contenga alcohol glicerinado mínimo al 60% o toallas desinfectantes, haciendo fricción entre las manos para su desinfección.
- Permanecer al menos a 2 metros de distancia de otras personas en situación de reposo. Evitar el contacto directo con otras personas.
- Tener en cuenta que las gotas exhaladas por una persona en movimiento son arrastradas principalmente en la corriente de desplazamiento (estela) detrás de esta persona. En ausencia de viento fuerte, la distancia social equivalente para caminar /correr /andar en bicicleta debe ser de 2 metros (6 pies), si las dos personas se mueven de lado a lado o en una formación escalonada.
- Verificar la ubicación espacial de las personas realizando actividad física en la misma área local. Si la persona B se coloca en la corriente de desplazamiento (o estela) de la persona A, esta persona puede estar expuesta a las gotas emitidas por la persona A. Entonces las distancias sociales equivalentes son: 5 m para caminar rápido (4 km x hora), 10m para correr rápido (14,4 km x hora), 20 m para ciclismo rápido (30 km X hora). La distancia social que debe mantenerse

cuando está en la corriente de deslizamiento aumenta con la velocidad de la persona B.

- No reunirse en grupos.
- Aprovechar las ayudas tecnológicas con el fin de continuar el mantenimiento de su actividad física en casa a lo largo del día y reducir sus comportamientos sedentarios por trabajo u ocio.
- Alejarse de lugares muy concurridos, evitar las congregaciones masivas.
- Llevar siempre un kit de autocuidado (toallas desechables con bolsa plástica para depositarlas una vez usadas, gel antibacterial, bloqueador solar, tapabocas, hidratación con agua, ropa deportiva de uso exclusivo para la actividad deportiva).