

PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA PREVENCIÓN DEL COVID-19

Corporación club Colombia

NIT: 891.200.431-2

Fecha: 07/09/2020

Pasto - Nariño



Calle 16^a No 40-66
Santa Ana



7235797 Ext 127



sgsst@clubcolombi
apasto.com.co



<https://www.clubcolombiapasto.com.co>

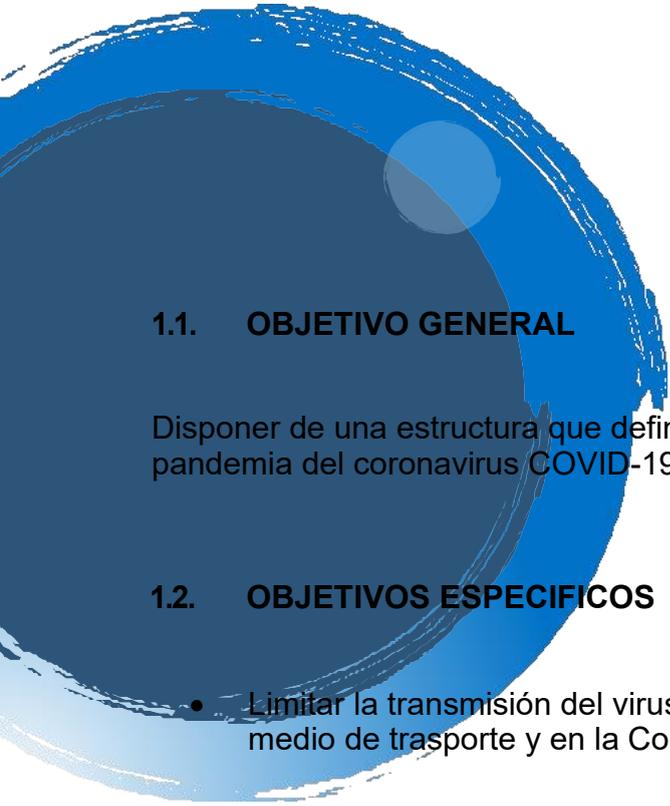
ELABORÒ	APROBÒ
Nathalia Ramírez Narvaez	Patricia Eraso Chamorro
Coordinadora SST	Gerente general

INTRODUCCIÓN

La pandemia de enfermedad por coronavirus de 2019-2020 fue iniciada en 2019 (COVID-19), causada por el virus coronavirus 2 del síndrome respiratorio agudo grave (SARS-CoV-2).⁴⁵ Se identificó por primera vez en diciembre de 2019 en la ciudad de Wuhan, capital de la provincia de Hubei, en la China central, cuando se reportó a un grupo de personas con neumonía de causa desconocida, vinculada principalmente a trabajadores del mercado mayorista de mariscos del sur de China. La OMS la reconoció como una pandemia global el 11 de marzo de 2020.

La nueva enfermedad coronavirus COVID 19, ha sido catalogado por la OMS como una emergencia en salud pública de importancia internacional, estos virus causan Infección Respiratoria Aguda (IRA), es decir gripa, que pueden llegar a ser leve, moderada o grave. En Colombia se confirma el 6 de marzo del año 2020 el primer caso y se activa su plan de contingencia para enfrentar este reto en salud mundial.

La Corporación Club Colombia realiza el plan de bioseguridad por la emergencia que se vive hoy en día del coronavirus o COVID-19 tomando medidas de prevención, intervención, respuesta y atención ante esta pandemia siguiendo los lineamientos normativos estipulados por el Gobierno Nacional.



1. OBJETIVOS

1.1. OBJETIVO GENERAL

Disponer de una estructura que defina las acciones necesarias para prevenir y/o afrontar la pandemia del coronavirus COVID-19 en la Corporación Club Colombia.

1.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Limitar la transmisión del virus tomando las medidas de prevención en casa, en el medio de transporte y en la Corporación.

2. ALCANCE

Aplica a todos los colaboradores de la empresa, personal externo y socios que realizarán actividades dentro de áreas habilitadas del club



3. MARCO LEGAL

La normativa aplicable al plan de emergencia es la siguiente:

Tabla 1. Marco legal	
NORMATIVA	ARTICULOS
Decreto 0032 de 2020	Por el cual se imparten instrucciones adicionales para la fase de aislamiento selectivo y distanciamiento individual responsable en el municipio de Pasto y se dictan otras disposiciones.
Decreto 0031 de 2020	Por el cual se imparten las instrucciones para la fase de aislamiento selectivo y distanciamiento individual responsable en el municipio de Pasto y se dictan otras disposiciones.
Resolución 1547 de 2020	Por medio de la cual se adopta el protocolo de bioseguridad para el manejo y control del riesgo del coronavirus COVID-19 en los establecimiento e inmueble con piscinas.
Resolución 1313 de 2020	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 los centros de entrenamiento y acondicionamiento físico.
Decreto 1168 de 2020	El presente Decreto tiene por objeto regular la fase de Aislamiento Selectivo y Distanciamiento Individual Responsable que regirá en la República de Colombia, en el marco de la emergencia sanitaria por causa del nuevo Coronavirus COVID 19.
Decreto 990 del 2020	Por el cual se imparten instrucciones en virtud de la emergencia sanitaria generada por la pandemia del Coronavirus COVID-19, y el mantenimiento del orden público
Resolución 1050 del 2020	Por medio de la cual se adoptan los protocolos de bioseguridad para el manejo y control del riesgo del Coronavirus COVID-19, en cuanto al servicio de “entrega para llevar”, para las actividades de expendio a la mesa de comidas preparadas (CIU 5611); expendio por autoservicio de comidas preparadas (CIU 5612); expendio de comidas preparadas en cafeterías (CIU 5613); otros tipos de expendio de comidas preparadas n.c.p. (CIU 5619); actividades de catering para eventos y otros servicios de comidas (CIU 562); así como el protocolo de bioseguridad

	<p>en los servicios de expendio a la mesa de comidas preparadas (CIIU 5611); expendio por autoservicio de comidas preparadas (CIIU 5612); expendio de comidas preparadas en cafeterías (CIIU 5613) y otros tipos de expendio de comidas preparadas n.c.p. (CIIU 5619) dentro del establecimiento para municipios autorizados por el Ministerio de Salud y Protección Social.</p>
Decreto 749 del 2020	<p>"Por el cual se imparten instrucciones en virtud de la emergencia sanitaria generada por la pandemia del Coronavirus COVID-19, y el mantenimiento del orden público"</p>
Decreto 636 del 2020	<p>Por el cual se imparten instrucciones en virtud de la emergencia sanitaria generada por la pandemia del Coronavirus COVID-19, y el mantenimiento del orden público</p>
Resolución 666 de 2020	<p>Por medio de la cual se adopta protocolo el protocolo general de bioseguridad para mitigar, controlar y realizar el adecuado manejo de la pandemia del Coronavirus COVID - 19.</p>
Decreto 488 del 2020	<p>"Por el cual se dictan medidas de orden laboral, dentro del Estado de Emergencia Económica, Social y Ecológica"</p>
Decreto 500 de 2020	<p>"Por el cual se adoptan medidas de orden laboral, relativas a la destinación de los recursos de las cotizaciones a las Administradoras de Riesgos Laborales de carácter público, en el marco del Estado de Emergencia Económica, Social y Ecológica"</p>
Resolución 358 de 2020	<p>"Por la cual se declara la emergencia sanitaria por causa del coronavirus COVID-19 y se adoptan medidas para hacer frente al virus".</p>
Resolución 385 de 2020	<p>"Por la cual se declara la emergencia sanitaria por causa del coronavirus COVID-19 y se adoptan medidas para hacer frente al virus".</p>
Resolución 380 de 2020	<p>"Por la cual se adoptan Medidas preventivas y sanitarias en el país, por causas del coronavirus- COVID 2019 y se dictan otras disposiciones"</p>

Resolución 453 de 2020	“Por la cual se adoptan medidas sanitarias de control en algunos establecimientos por causa de COVID-19 y se dictan otras disposiciones”
Circular No. 017 de 2020 del Ministerio del Trabajo.	“Lineamientos mínimos a implementar de promoción y prevención para la preparación, expuesta y atención de casos de enfermedad por COVID-19 (antes denominado coronavirus)”
Circular 029 de 2020 del Ministerio del Trabajo.	“Mediante el cual se establece la responsabilidad de las Empresas o Contratantes sobre el suministro de los elementos de protección personal y apoyo de las Administradoras de Riesgos Laborales en el suministro de estos para los trabajadores con exposición directa a COVID-19”.
Circular 0017 de 2020	Lineamientos mínimos a implementar de promoción y prevención para la preparación, respuesta y atención de casos de enfermedad por Coronavirus
Circular No. 021 DEL 17 de Marzo	Medidas de protección al empleo con ocasión de la fase de contención de COVID-19 y de la declaración de emergencia sanitaria.
Circular No. 022 DEL 19 de Marzo	Fiscalización laboral rigurosa a las decisiones laborales de empleadores durante la emergencia sanitaria

4. DEFINICIONES

Coronavirus (CoV) Son una amplia familia de virus que pueden causar diversas afecciones, desde el resfriado común hasta enfermedades más graves.

Elemento de Protección Personal – EPP Es cualquier equipo o dispositivo destinado para ser utilizado o sujetado por el trabajador, para protegerlo de uno o varios riesgos y aumentar su seguridad o su salud en el trabajo.

Pandemia Propagación mundial de una nueva enfermedad.

Limpieza: es la eliminación por acción mecánica, con o sin uso de detergentes, de la materia orgánica y suciedad de superficies, objetos o ambiente. Para la limpieza y desinfección con agente como el detergente que es un agente básico.

Desinfección: es la destrucción de microorganismos en objetos inanimados, que asegura la eliminación de las formas vegetativa pero no la eliminación de esporas bacterianas.

Aislamiento: separación de un individuo de las demás personas, animales, plantas o vegetales enfermas, mercancías, paquetes postales y medios de transporte afectados, con objeto de prevenir la propagación de una infección y/o contaminación.

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.

Prevención: Es el conjunto de acciones dirigidas a identificar, controlar y reducir los factores de riesgo biológicos, del ambiente y de la salud, que puedan producirse como consecuencia del manejo de los residuos, ya sea en la prestación de servicios de salud o cualquier otra actividad que implique la generación, manejo o disposición de esta clase de residuos, con el fin de evitar que aparezca el riesgo o la enfermedad y se propaguen u ocasionen daños mayores o generen secuelas evitables

Riesgo biológico: El riesgo biológico o bio riesgo consiste en la presencia de un organismo, o la sustancia derivada de un organismo, que plantea, sobre todo, una amenaza a la salud humana.

Rinorrea: o congestión nasal en adultos. Una nariz congestionada o tapada se produce cuando los tejidos que la recubren se hinchan. La hinchazón se debe a la inflamación de los vasos sanguíneos.

IRA: infección respiratoria aguda

Caso Confirmado: Es aquel que cumple con la definición de caso probable y tenga

resultado positivo para COVID-19.

Caso Probable: Es aquel que tiene sintomatología (Fiebre mayor a 38°C, Tos, cuadro de Infección Respiratoria aguda grave) y cumpla con el Nexo Epidemiológico

Caso Sospechoso o Contacto: Se define por necesidad de seguimiento y vigilancia de las empresas. Persona asintomática con un nexo epidemiológico

<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/003049.htm>

insalud.gov.co/salud/publica/PET/Documents/PSSG02GUÍA%20%20TRANSPORTE%20ASISTENCIAL%20DE%20PACIENTES%20SOSPECHOSOS%20O%20CONFIRMADOS%20DE%20COVID%2019.pdf

5. DESARROLLO DEL TEMA

5.1. ¿Qué es el COVID-19?

Los coronavirus (CoV) son virus que surgen periódicamente en diferentes áreas del mundo y que causan Infección Respiratoria Aguda (IRA), es decir gripa, que pueden llegar a ser leve, moderada o grave.

El nuevo Coronavirus (COVID-19) ha sido catalogado por la Organización Mundial de la Salud como una emergencia en salud pública de importancia internacional (ESPII). Se han identificado casos en todos los continentes y, el 6 de marzo se confirmó el primer caso en Colombia.

La infección se produce cuando una persona enferma tose o estornuda y expulsa partículas del virus que entran en contacto con otras personas.

5.2. ¿A quiénes afecta?

Se conoce que cualquier persona puede infectarse, independientemente de su edad, pero hasta el momento se han registrado relativamente pocos casos de COVID-19 en niños. La enfermedad es mortal en raras ocasiones, y hasta ahora las víctimas mortales han sido personas de edad avanzada que ya padecían una enfermedad crónica como diabetes, asma o hipertensión.

5.3. ¿Cuáles son sus síntomas?

El nuevo Coronavirus causa una Infección Respiratoria Aguda (IRA), es decir una gripa, que puede ser leve, moderada o severa. Puede producir fiebre, tos, secreciones nasales (mocos) y malestar general. Algunos pacientes pueden presentar dificultad para respirar.

Síntomas del covid-19*

Síntomas más comunes



Tos



Fiebre



Cansancio



Congestión nasal



Secreción nasal



Dolor de garganta



Dolor de cabeza



Diarrea



Fatiga



Dificultad para respirar**

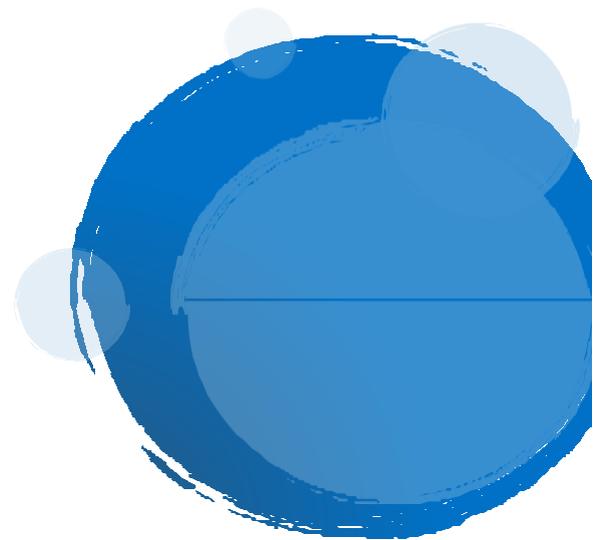
*Las personas infectadas no necesariamente presentan todos los síntomas. En algunos casos, pueden no tener ninguno.

**En caso de presentar este síntoma se recomienda buscar atención médica.

Fuentes: Heloisa Ravagnani (SBI - DF), Paulo Sergio Ramos (Fiocruz Recife), OMS, NHS, CDC.

BBC

https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/PET/Paginas/Covid-19_copia.aspx



6. MEDIDAS PREVENTIVAS

6.1. Medidas de prevención que adopta la empresa contra el COVID-19

1. Se realiza las medidas de limpieza y sanitización de la cocina, todos los días, al iniciar y terminar labores con cloro orgánico de la marca West para evitar virus o bacterias en el área de trabajo.
2. Se garantiza suministro de agua, jabón, alcohol glicerinado y todo lo necesario para dar cumplimiento a las medidas sanitarias en el área de baños, cocina y zonas comunes de uso de los trabajadores.
3. Mediante contenidos informáticos se informa a los trabajadores acerca de las medidas de prevención para evitar el contagio del coronavirus. Todas las medidas de autocuidado son comunicadas a los trabajadores por los canales de comunicación que tenga dispuesto la organización (correo corporativo, cartelera informativa, televisión, áreas de trabajo). Las medidas de autocuidado y prevención deben trascender el ámbito laboral e involucrar a las familias, para generar prevención en el hogar.
4. Se lleva registro y control de proveedores en la portería.

6.2. Medidas que deben adoptar las Administradoras de Riesgos Laborales (ARL).

Las Administradoras de Riesgos Laborales deben:

- ✓ Suministrar a los trabajadores y contratistas información clara y oportuna sobre las medidas preventivas y de contención del COVID-19, incluyendo estrategias de información y educación permanente.
- ✓ Cumplir con todas las acciones que deben ejecutar las Administradoras de Riesgos Laborales según lo impartido por la Circular 017 expedida por el Ministerio del Trabajo el 24 de febrero de 2020.

A continuación, se dan a conocer medidas adoptadas por los trabajadores de la Corporación Club Colombia en el trabajo, transporte y en casa:

6.3. Medidas que deben adoptar los trabajadores durante el traslado de la casa a la empresa

Para ello se ha implementado, las siguientes medidas de control, con el fin de mitigar la propagación del virus COVID-19 durante la ejecución de las actividades:

Medidas que deben adoptar los colaboradores en el transporte público (taxis)

- ✓ Use transporte público solo si es necesario.
- ✓ Para los grupos vulnerables (mayores de 60 años, personas diagnosticadas de hipertensión arterial, diabetes, enfermedades cardiovasculares, enfermedades pulmonares crónicas, cáncer o con inmunodeficiencias y embarazadas, por el principio de precaución) **que eviten coger el transporte público**. En el supuesto de necesitar desplazarse, es mejor que opten por el vehículo particular o por los vehículos de transporte unipersonal (taxis etc).
- ✓ Llevar puesto el tapabocas durante todo su recorrido hasta llegar a su destino.
- ✓ Conserve una distancia de seguridad con el resto de pasajeros, tanto en los accesos como en el andén y dentro del transporte.
- ✓ Si tose o estornuda, debe hacerlo sobre el codo flexionado.
- ✓ Utilice pañuelos desechables y tíralos tras su uso.
- ✓ Evite entrar en contacto con todo tipo de superficies: pasamanos de las escaleras, barras de sujeción, asientos, reposabrazos, mando de accionamiento de puertas...
- ✓ Puede llevar guantes desechables, pero recuerde que no debes reutilizarlos.
- ✓ **No se toque los ojos, la nariz y la boca**, ya que las manos facilitan la transmisión del coronavirus.
- ✓ **No coma ni beba** cuando use el transporte público.
- ✓ **Lávese las manos con mucha frecuencia**, preferiblemente con agua y jabón; también puede usar soluciones alcohólicas.
- ✓ **Si tiene cualquier síntoma** compatible con el coronavirus (fiebre, tos o falta de aire son los más comunes), **no salga de casa** y, por lo tanto, no utilice el transporte público.

6.4. Personal de cocina:

- ✓ El personal al ingresar a la Corporación se le desinfecta el calzado con cloro orgánico de la marca West que no es nocivo para la salud
- ✓ Se les aplica alcohol glicerinado en las manos
- ✓ Se toma su temperatura para verificar su estado de salud
- ✓ Se dirigen directamente a los baños ubicados en la zona húmeda para tomar un breve baño
- ✓ Se colocan ropa de trabajo completamente limpia y la ya usada es guardada en su locker
- ✓ Se trasladan hasta la zona de trabajo y se aplican alcohol glicerinado ubicado en el área previa a cocina
- ✓ Realizan el lavado de manos siguiendo el protocolo establecido por el ministerio de salud con abundante agua y jabón en el lugar asignado en la cocina.
- ✓ Utilizan guantes adecuados para ejecutar la actividad (si es necesario)
- ✓ Al terminar las actividades realizar el protocolo de lavado de manos.
- ✓ Se dirigen al baño asignado para cambiarse y dejar ropa de trabajo en locker destinados para este fin
- ✓ Se les recomienda mucho evitar contacto directo, no saludar de beso o de mano, no dar abrazos.
- ✓ Se deben tapar la nariz y boca con el antebrazo, no con la mano, al estornudar o toser y lavarse las manos inmediatamente.
- ✓ Utilización de tapabocas desde que salen de sus casas, hasta que retornen a sus hogares.

- ✓ Evitar contacto de las manos por los ojos, nariz y boca.
- ✓ Deben mantener una distancia mínima entre los trabajadores no menor a dos metros.
- ✓ Todos los trabajadores deberán desinfectar sus puestos de trabajo, con alcohol o desinfectante, dispuesto por la empresa.
- ✓ Al finalizar su turno de trabajo nuevamente se les toma la temperatura en la portería para verificar su estado de salud.
- ✓ Deben informar a su jefe inmediato o líder SST de cualquier sintomatología asociada con gripe, evitando ir a laborar a las instalaciones. Permanecer en casa de manera obligatoria y aislada, y llamar a la red de atención de emergencias sanitarias del Instituto Departamental de Salud 3057341717, para que le realicen en casa los exámenes pertinentes de salud y diagnóstico por parte de las autoridades pertinentes.
- ✓ No deben asistir a laborar en caso de sospechar de alguna sintomatología asociada con el virus COVID-19 y permanecer en casa, en monitoreo y vigilancia.
- ✓ Se suspende el acceso a la Corporación al personal que hayan tenido contacto estrecho con casos probables o confirmados con infección por COVID-19.

6.5. Personal de Mensajería:

- ✓ El personal al ingresar a la Corporación se le desinfecta el calzado con cloro orgánico de la marca West que no es nocivo para la salud
- ✓ Se toma su temperatura para verificar su estado de salud
- ✓ Se dirigen a realizar lavado de manos con abundante agua y jabón o usan alcohol glicerinado
- ✓ Se colocan overol anti fluido de color blanco entregado por la Corporación a cada uno como ropa de trabajo completamente limpio y dejan sus elementos guardados en el locker asignado a cada uno.
- ✓ Se trasladan hasta la zona de trabajo y se aplican nuevamente alcohol glicerinado entregado a cada uno
- ✓ Los trabajadores desinfectan su vehículo de transporte antes de iniciar labores
- ✓ Realizar el lavado de manos siguiendo el protocolo establecido por del ministerio de salud con abundante agua y jabón.
- ✓ Utilizan guantes adecuados para ejecutar la actividad (si es necesario)
- ✓ Al terminar las actividades realizar el protocolo de lavado de manos.
- ✓ Se dirigen al baño asignado para cambiarse y llevar su traje a lavado
- ✓ Se recomienda mucho evitar contacto directo con las personas que solicitaron el pedido no saludar de beso o de mano, no dar abrazos,
- ✓ Desinfectan el dinero y guardan en una bolsa
- ✓ Se deben tapar la nariz y boca con el antebrazo, no con la mano, al estornudar o toser y lavarse las manos inmediatamente.
- ✓ Utilizan el tapabocas desde que salen de sus casas, hasta que retornan a sus hogares.
- ✓ Evitar contacto de las manos por los ojos, nariz y boca.
- ✓ Deben mantener una distancia mínima entre los trabajadores no menor a dos metros.
- ✓ Deben informar a su jefe inmediato o líder SST de cualquier sintomatología asociada con gripe, evitando ir a laborar a las instalaciones. Permanecer en casa de manera obligatoria y aislada, y llamar a la red de atención de emergencias sanitarias del

Instituto Departamental de Salud 3057341717, para que le realicen en casa los exámenes pertinentes de salud y diagnóstico por parte de las autoridades.

- ✓ No deben asistir a laborar en caso de sospechar de alguna sintomatología asociada con el virus COVID-19 y permanecer en casa, en monitoreo y vigilancia.
- ✓ Se suspende el acceso a la Corporación al personal que haya tenido contacto estrecho con casos probables o confirmados con infección por COVID-19.

6.6. Personal en general:

- ✓ El personal al ingresar a la Corporación se le desinfecta el calzado con cloro orgánico de la marca West que no es nocivo para la salud
- ✓ Se toma su temperatura para verificar su estado de salud
- ✓ Se les aplica alcohol glicerinado en las manos
- ✓ Se dirigen a realizar lavado de manos con abundante agua y jabón o usan gel alcohol glicerinado dispuesto en las diferentes áreas
- ✓ Se colocan su ropa de trabajo completamente limpio y dejan sus elementos guardados en el locker asignado a cada uno (si corresponde)
- ✓ Constantemente deben lavarse las manos con abundante agua y jabón o alcohol glicerinado
- ✓ Utilizan guantes adecuados para ejecutar la actividad (si es necesario)
- ✓ Al terminar las actividades realizar el protocolo de lavado de manos.
- ✓ Se dirigen al baño asignado para cambiarse y llevar su traje a lavado (quien lo requiera)
- ✓ Se les recomienda mucho evitar contacto directo con las personas, no saludar de beso o de mano, no dar abrazos
- ✓ Se deben tapar la nariz y boca con el antebrazo, no con la mano, al estornudar o toser y lavarse las manos inmediatamente.
- ✓ Utilizan el tapabocas desde que salen de sus casas, hasta que retornan a sus hogares.
- ✓ Evitar contacto de las manos por los ojos, nariz y boca.
- ✓ Deben mantener una distancia mínima entre los trabajadores no menor a dos metros.
- ✓ Deben informar a su jefe inmediato o líder SST de cualquier sintomatología asociada con gripe, evitando ir a laborar a las instalaciones. Permanecer en casa de manera obligatoria y aislada, y llamar a la red de atención de emergencias sanitarias del Instituto Departamental de Salud 3057341717, para que le realicen en casa los exámenes pertinentes de salud y diagnóstico por parte de las autoridades.
- ✓ Se les toma la temperatura nuevamente al finalizar el turno de trabajo
- ✓ No deben asistir a laborar en caso de sospechar de alguna sintomatología asociada con el virus COVID-19 y permanecer en casa, en monitoreo y vigilancia.
- ✓ Se suspende el acceso a la Corporación al personal que haya tenido contacto estrecho con casos probables o confirmados con infección por COVID-19.

6.7. Terceros (proveedores)

- ✓ Se toma su temperatura para verificar su estado de salud y se lleva registro.
- ✓ El personal que ingresa a la Corporación es rociado los zapatos y objetos personales con cloro orgánico de la marca West que no es nocivo para la salud
- ✓ Se aplica alcohol glicerinado en las manos.
- ✓ Se dirigen a la dependencia de Almacén
- ✓ Se recomienda el protocolo de lavado de manos establecido por el ministerio de salud con abundante agua y jabón
- ✓ Deben permanecer obligatoriamente con tapabocas
- ✓ Se recomienda evitar contacto de las manos por los ojos, nariz y boca.
- ✓ Deben mantener una distancia mínima entre los trabajadores no menor a dos metros.

6.8. Medidas para adoptar con interacción a terceros (Socios y Beneficiarios)

- ✓ Para el ingreso es necesario disponer de su tapabocas (manténgalo durante toda su estadía en la corporación).
- ✓ En el momento de ingresar a la Corporación sus zapatos y objetos personales se rociarán con cloro orgánico de la marca West que no es nocivo para la salud.
- ✓ Se dirigen a realizar lavado de manos con abundante agua y jabón o usan alcohol glicerinado
- ✓ Se aplica alcohol glicerinado en las manos.
- ✓ Se tomará su temperatura para verificar el estado de salud que presenta, el cual quedará consignado en nuestro registro.
- ✓ Utilice únicamente el área habilitada y el tiempo asignado para su actividad física.
- ✓ Tenga en cuenta los habladores que encontrará en el recorrido y canchas.
- ✓ Evite el contacto de las manos con los ojos, nariz y boca.
- ✓ Debe mantener una distancia mínima entre los usuarios no menor a dos metros.
- ✓ Deben lavarse las manos con abundante agua y jabón o alcohol glicerinado.

6.9. Personal de prácticas deportivas

- ✓ El personal al ingresar a la Corporación se le desinfecta el calzado con cloro orgánico de la marca West que no es nocivo para la salud
- ✓ Se toma su temperatura para verificar su estado de salud
- ✓ Se les aplica alcohol glicerinado en las manos
- ✓ Se dirigen a realizar lavado de manos con abundante agua y jabón o usan gel alcohol glicerinado dispuesto en las diferentes áreas
- ✓ Se colocan su ropa de trabajo completamente limpio y dejan sus elementos guardados en el locker asignado a cada uno (si corresponde)
- ✓ Constantemente deben lavarse las manos con abundante agua y jabón o alcohol glicerinado
- ✓ Utilizan guantes adecuados para ejecutar la actividad (si es necesario).
- ✓ Deben evitar el contacto con los usuarios.
- ✓ Al terminar las actividades realizar el protocolo de lavado de manos.
- ✓ Se dirigen al baño asignado para cambiarse y llevar su traje a lavado (quien lo requiera)
- ✓ Se deben tapar la nariz y boca con el antebrazo, no con la mano, al estornudar o

- toser y lavarse las manos inmediatamente.
- ✓ Utilizan el tapabocas desde que salen de sus casas, hasta que retornan a sus hogares.
 - ✓ Evitar contacto de las manos por los ojos, nariz y boca.
 - ✓ Deben mantener una distancia mínima con usuarios no menor a dos metros.
 - ✓ Deben informar a su jefe inmediato o líder SST de cualquier sintomatología asociada con gripe, evitando ir a laborar a las instalaciones tanto personal. Permanecer en casa de manera obligatoria y aislada, y llamar a la red de atención de emergencias sanitarias del Instituto Departamental de Salud 3057341717, para que le realicen en casa los exámenes pertinentes de salud y diagnóstico por parte de las autoridades.
 - ✓ En caso de identificar algún síntoma sospechoso a alguno de los usuarios debe informar al líder de SST.
 - ✓ Se les toma la temperatura nuevamente al finalizar el turno de trabajo.
 - ✓ No deben asistir a laborar en caso de sospechar de alguna sintomatología asociada con el virus COVID-19 y permanecer en casa, en monitoreo y vigilancia.
 - ✓ Se suspende el acceso a la Corporación al personal que haya tenido contacto estrecho con casos probables o confirmados con infección por COVID-19

6.10. ANTES DE LA PRÁCTICA

1. Se debe llegar a cada uno de los sitios de práctica en medios de transporte propios (automóvil, moto, bicicleta o a pie) a fin de no congestionar el transporte público.
2. El tiempo establecido de acuerdo al decreto 636 del 6 de mayo del 2020 artículo 3 numeral 41 para realizar esta actividad será de 60 minutos, en los cuales solo podrán utilizar la pista un máximo de cuatro (4) personas con el distanciamiento correspondiente.
3. Según el mismo decreto, los niños mayores de 6 años podrán hacer uso de este espacio por un máximo de 30 minutos, 3 veces a la semana.

6.11. TROTE Y CAMINATA

Horarios y reservas

1. Antes de hacer su reserva tener en cuenta el actual reglamento y protocolo.
2. **Horario de reserva:** Las reservas para **Trote y Caminata** están establecidas de martes a domingo en los horarios de 7:00 a.m. a 12:00 m. con un día de anticipación.
3. **Horario de práctica:** Las prácticas de **Trote y Caminata** están establecidas de martes a domingo en los horarios de 6:00 a.m. a 10:00 am.
4. El socio titular o beneficiario puede reservar su turno vía WhatsApp al número de Coordinación de Deportes 3215735336.
5. En la reserva se debe dar información sobre con quien va a practicar, si lo va hacer solo o con un beneficiario (se recuerda que cada persona debe estar a 2 metros de distancia a la hora de realizar su ejercicio).
6. Los usuarios deberán abandonar la sede de práctica puntualmente una vez finalizada la sesión, con el fin de que el grupo siguiente pueda hacer uso del área.

6.12. TENIS

Horarios y reservas

1. Antes de hacer su reserva tener en cuenta el actual reglamento y protocolo.
2. **Horario de reserva:** Las reservas para **Tenis** están establecidas de martes a domingo en los horarios de 7:00 a.m. a 12:00 m. con un día de anticipación.
3. **Horario de práctica:** Las prácticas de **Tenis** están establecidas martes a domingo en los horarios de 6:00 a.m. a 10:00 am.
4. El socio titular o beneficiario puede reservar su turno vía WhatsApp al número de Coordinación de Deportes 3215735336.
5. En la reserva se debe informar con quien va a practicar (se recuerda que cada persona debe ingresar y salir de la cancha respetando 2 metros de distancia).
6. Los usuarios deberán abandonar la sede de práctica puntualmente una vez finalizada la sesión, con el fin de que el grupo siguiente pueda hacer uso del área.

<https://www.consumer.es/salud/medidas-proteccion-transporte-publico-higiene.htm>

6.13. SQUASH

- ✓ Se debe llegar a cada uno de los sitios de práctica en medio de transporte propio (automóvil, moto, bicicleta o a pie) a fin de no congestionar el transporte público
- ✓ Debe desinfectar su calzado en los tapetes ubicados en la entrada principal y en el lobby 1 de recepción.
- ✓ Lave sus manos en los lavamanos dispuestos con abundante agua y jabón.
- ✓ Mantenga la distancia social establecida de dos metros.
- ✓ Permita que le tomemos su temperatura.
- ✓ Use el tapabocas al interior del club en todo momento.
- ✓ Realice su registro de ingreso en la recepción.
- ✓ Coloque alcohol glicerinado en sus manos antes de ingresar a las canchas.
- ✓ Es de carácter obligatorio portar su kit de desinfección y sus elementos de higiene personal (alcohol o gel desinfectante y toalla)
- ✓ El área estará habilitada de 6:00 am a 20.00 p.m.
- ✓ La práctica de esta actividad se realizará de manera individual y tendrá una duración máxima de sesenta (60) minutos por persona de los cuales 15 minutos se utilizarán para la limpieza y desinfección.
- ✓ El aforo permitido en el squash será de máximo 4 personas incluido el personal de instrucción.

Antes de la práctica.

1. El uso del tapabocas dentro de las canchas de squash será opcional.
2. Las prendas de vestir adicionales a las que se usan en la práctica, deben ser guardadas en los maletines. Las prendas húmedas deben ser guardadas en bolsas personales
3. Se dispondrá de un espacio en la gradería para que cada jugador coloque sus pertenencias deportivas.
4. Solo se permitirá la práctica individual con un tiempo de sesenta (60) minutos, de los cuales 45 corresponden al tiempo de práctica y los 15 restantes serán para el proceso de desinfección y alistamiento del área.
5. Se debe realizar el lavado de manos antes de ingresar a las canchas y al salir de ellas en el lavamanos ubicado en la entrada de esta área y hacer uso del alcohol glicerinado ubicado en la mesa de la cancha
6. Cada jugador debe portar un kit de desinfección personal (alcohol o gel desinfectante, tapabocas, toalla y bolsa para toallas o ropa húmeda. Se prohíbe secar el sudor de las manos en paredes y vidrios de la cancha de squash
7. El calzado de squash debe ser de uso exclusivo dentro de las canchas y debe estar desinfectado previamente.
8. Las gafas de protección son de uso obligatorio dentro de las canchas sin importar el rol, categoría o momento.
9. La zona de baños estará habilitada. No habrá servicio de lockers, vestiers y duchas

Horarios y reservas

1. Antes de hacer su reserva tener en cuenta el actual reglamento y protocolo.
2. **Horario de reserva:** Las reservas para **Squash** están establecidas de martes a domingo en los horarios de 7:00hr a 18:00hr. con un día de anticipación.
3. **Horario de práctica:** Las canchas están habilitadas de martes a domingo de 6 am a 20.00 pm. Cuando haya lunes festivo el martes no habrá servicio
4. El socio titular o beneficiario puede reservar su turno vía WhatsApp al número de Coordinación de Deportes 3215735336.

5. En la reserva se debe informar si asistirá con instructor (se recuerda que cada persona debe ingresar y salir de la cancha respetando 2 metros de distancia).
6. Los usuarios deberán abandonar el área de práctica una vez finalizada la sesión, con el fin de que el grupo siguiente pueda hacer uso de las canchas.

<https://www.consumer.es/salud/medidas-proteccion-transporte-publico-higiene.htm>

6.14. GOLFITO

Se debe llegar a cada uno de los sitios de práctica en medios de transporte propios (automóvil, moto, bicicleta o a pie) a fin de no congestionar el transporte público.

- ✓ Debe desinfectar su calzado en el tapete ubicado en la entrada principal
- ✓ Lave sus manos en el lavamanos dispuesto en la entrada principal con abundante agua y jabón.
- ✓ Mantenga la distancia social establecida de dos metros.
- ✓ Permita que le tomemos su temperatura.
- ✓ Use el tapabocas al interior del club en todo momento.
- ✓ Realice su registro de ingreso.
- ✓ Coloque alcohol glicerinado en sus manos antes de su práctica.
- ✓ Es de carácter obligatorio portar su kit de desinfección y sus elementos de higiene personal (alcohol o gel desinfectante y toalla de manos)
- ✓ El área estará habilitada de 6:00 am a 18.00.
- ✓ La práctica de esta actividad se realizará de manera individual y tendrá una duración máxima de sesenta (60) minutos por persona de los cuales 15 minutos se utilizarán para la limpieza y desinfección.
- ✓ El aforo permitido en el golfito será de máximo 2 personas en canchas distintas.

Antes de la práctica

1. Realizar la desinfección de los elementos que utilizará para practicar este deporte
2. Se debe llevar toalla de manos individual a cada una de las practicas.
3. Ubique sus pertenencias en el espacio habilitado

Horarios y reservas

1. Antes de hacer su reserva tener en cuenta el actual reglamento y protocolo.
2. **Horario de reserva:** Las reservas para **Golfito** están establecidas de martes a domingo en los horarios de 7:00hr. a 18:00hr.
3. **Horario de práctica:** Las prácticas de **Golfito** están establecidas martes a domingo en los horarios de 6:00hr a 18:00hr
4. El socio titular o beneficiario puede reservar su turno vía WhatsApp al número de Coordinación de Deportes 3215735336.
5. Los usuarios deberán abandonar el área de práctica puntualmente una vez finalizada la sesión, con el fin de que el grupo siguiente pueda hacer uso del área.

6.15. GIMNASIO

- ✓ Se debe llegar a cada uno de los sitios de práctica en medio de transporte propio (automóvil, moto, bicicleta o a pie) a fin de no congestionar el transporte público.
- ✓ Debe desinfectar su calzado en los tapetes ubicados en la entrada principal y en el lobby número 1.de recepción
- ✓ Lave sus manos en el lavamanos dispuesto en la entrada principal con abundante agua y jabón.
- ✓ Mantenga distancia social de dos metros.
- ✓ Permita que le tomemos su temperatura.
- ✓ Use el tapabocas al interior del club en todo momento.
- ✓ Realice su registro de ingreso en la recepción.
- ✓ Coloque alcohol glicerinado en sus manos antes de ingresar.
- ✓ Es de carácter obligatorio portar su kit de desinfección y sus elementos de higiene personal (tapabocas, alcohol, gel desinfectante y toalla)
- ✓ El gimnasio estará habilitado de 6:00 am a 20:00 pm.
- ✓ La práctica de esta actividad se realizará de manera individual y tendrá una duración máxima de sesenta (60) minutos por persona de los cuales 15 minutos se utilizarán para la limpieza y desinfección.
- ✓ El aforo permitido en el gimnasio será de máximo 5 personas incluido el personal de instrucción.

Dentro del gimnasio:

- ✓ Guarde sus pertenencias en el locker habilitado y desinfecte sus manos.
- ✓ El uso del tapabocas es opcional
- ✓ Con su kit personal desinfecte todos los equipos y máquinas antes y después de utilizarlos.
- ✓ Mantenga distancia mínima de 2 metros con otras personas
- ✓ Evite saludar de mano, beso o abrazo.

Antes de irse del gimnasio:

- ✓ Desinfecte todos los elementos que utilizo y déjalos en su lugar.
- ✓ Retire sus pertenencias del locker y desinfecte.
- ✓ Use nuevamente alcohol glicerinado para sus manos y refuerce su limpieza con lavado de manos antes de salir de la Corporación.

6.15.1. BAILOTERAPIA

Se debe llegar a cada uno de los sitios de práctica en medio de transporte propio (automóvil, moto, bicicleta o a pie) a fin de no congestionar el transporte público.

- ✓ Debe desinfectar su calzado en los tapetes ubicados en la entrada principal y en el lobby número 1. de recepción
- ✓ Lave sus manos en el lavamanos dispuesto en la entrada principal con abundante agua y jabón.
- ✓ Mantenga distancia social de dos metros.
- ✓ Permita que le tomemos su temperatura.
- ✓ Use el tapabocas al interior del club en todo momento.
- ✓ Realice su registro de ingreso en la recepción.
- ✓ Es de carácter obligatorio portar su kit de desinfección y sus elementos de higiene personal (tapabocas, alcohol, gel desinfectante y toalla)
- ✓ La práctica de esta actividad se realizará de manera grupal, pero manteniendo la distancia de dos metros con otras personas
- ✓ La sesión tendrá un tiempo máximo de sesenta (60) minutos de los cuales 15 minutos se utilizarán para la limpieza y desinfección.
- ✓ El aforo permitido en el espacio de bailoterapia será de máximo 12 personas incluido el instructor.

Durante la sesión:

- ✓ Disponga de los elementos estrictamente necesarios para su práctica como, por ejemplo: kit personal de desinfección, hidratación, toalla de mano.
- ✓ Con su desinfectante limpie sus objetos antes y después de la sesión.
- ✓ Mantenga la distancia mínima exigida de 2 metros con las demás personas
- ✓ Evite saludar de mano, beso o abrazo.

Antes de irse de la clase:

- ✓ Desinfecte todos los elementos que utilizo y déjalos en su lugar.
- ✓ Recoja todas sus pertenencias.
- ✓ Use nuevamente alcohol glicerinado para sus manos y refuerce su limpieza con lavado de manos antes de salir de la Corporación.

<https://bodytech.com.co/blog/actualidad/protocolos-de-bioseguridad-bodytech-586/>

Horarios y reservas

1. Antes de hacer su reserva tener en cuenta el actual reglamento y protocolo.
2. **Horario de reserva:** Las reservas para **Bailoterapia** están establecidas de martes a domingo de 8:00hr. a 18:00hr y se realizan con un día de anticipación.
3. **Horario de práctica:** El servicio de **Bailoterapia** se prestará martes y jueves la primera sesión 7:00 hr a 8:00hr la segunda sesión de 19:00hr a 20:00hr y sábados de 10:00hr a 11:00hr y de 7:00hr a 8:00hr.
4. El socio titular o beneficiario puede reservar su turno vía WhatsApp al número de Coordinación de Deportes 3215735336.

6.16. BILLAR

- ✓ Se debe llegar a cada uno de los sitios de práctica en medio de transporte propio (automóvil, moto, bicicleta o a pie) a fin de no congestionar el transporte público.
- ✓ Debe desinfectar su calzado en los tapetes ubicados en la entrada principal y en el lobby número 1 de recepción.
- ✓ Lave sus manos en el lavamanos dispuesto en la entrada principal con abundante agua y jabón.
- ✓ Permita que le tomemos su temperatura.
- ✓ Mantenga la distancia de dos metros con otras personas
- ✓ Realice su registro en la recepción.
- ✓ En el caso de cada tacada del contrincante esperar en el puesto asignado hasta el momento de su turno.
- ✓ Use el tapabocas en todo momento.
- ✓ Es de carácter obligatorio portar el kit personal de desinfección. (alcohol o gel desinfectante y toalla de manos)
- ✓ La práctica de esta actividad se realizará de manera dual y tendrá una duración máxima de noventa (90) minutos por persona de los cuales 15 minutos se utilizarán para la higienización y desinfección.
- ✓ El aforo permitido en el área de billar será de máximo 4 personas, con utilización de 2 mesas.

Dentro del área de billar:

- ✓ Desinfecte sus manos regularmente
- ✓ Desinfecte sus elementos de juego (taco, forros, tizas, guantes).
- ✓ Mantenga la distancia mínima de dos metros con otras personas. Espere en el lugar asignado su turno para intervenir en el juego.
- ✓ Evite saludar de mano, beso o abrazo.

Antes de retirarse del área de billar:

- ✓ Desinfecte sus elementos y guárdelos en su locker
- ✓ Desinfecte otros elementos que haya utilizado y déjelos en su sitio.
- ✓ Use nuevamente alcohol glicerinado para sus manos y refuerce su limpieza con lavado de manos antes de salir de la Corporación.

Horarios y reservas

1. Antes de hacer su reserva tener en cuenta el actual reglamento y protocolo.
2. **Horario de reserva:** Las reservas para **Billar** están establecidas de martes a domingo en los horarios de 7:00hr. a 20:00hr. con un día de anticipación.
3. **Horario de práctica:** Las prácticas de **Billar** están establecidas martes a sábado en los horarios de 14:00hr a 20:00hr.
4. El socio titular o beneficiario puede reservar su turno vía WhatsApp al número de Coordinación de Deportes 3215735336.
5. En la reserva se debe informar con quien va a practicar (se recuerda que cada persona debe ingresar y salir del área respetando 2 metros de distancia).
6. Los usuarios deberán abandonar el área de práctica puntualmente una vez finalizada la sesión, con el fin de que el grupo siguiente pueda hacer uso de esta.

<https://www.consumer.es/salud/medidas-proteccion-transporte-publico-higiene.htm>

6.17. BOLOS

- ✓ Se debe llegar a cada uno de los sitios de práctica en medio de transporte propio (automóvil, moto, bicicleta o a pie) a fin de no congestionar el transporte público.
- ✓ Debe desinfectar su calzado en los tapetes ubicados en la entrada principal y en el lobby número 1 de recepción.
- ✓ Lave sus manos en el lavamanos dispuesto en la entrada principal con abundante agua y jabón.
- ✓ Permita que le tomemos su temperatura.
- ✓ Realice su registro en la recepción.
- ✓ Mantenga la distancia mínima de dos metros con otras personas
- ✓ El uso de tapabocas es obligatorio e indispensable en esta área.
- ✓ Es de carácter obligatorio portar el kit personal de desinfección. (alcohol o gel desinfectante y toalla de manos)

- ✓ Cumpla con los horarios designados para su actividad.
- ✓ La práctica de esta actividad se realizará de manera dual y tendrá una duración máxima de noventa (90) minutos, de los cuales (15) minutos se utilizarán para la limpieza y desinfección.

Dentro del área de bolos:

- ✓ Tome un par de zapatos y proceda a desinfectarlo, al igual que las bolas y otros elementos que utilice.
- ✓ El uso del tapabocas es obligatorio
- ✓ Mantenga distancia mínima de 2 metros con otras personas
- ✓ Evite saludar de mano, beso o abrazo.

Antes de retirarse del área de bolos:

- ✓ Limpie todos los elementos que utilizo y déjalos en su lugar.
- ✓ Use nuevamente alcohol glicerinado para sus manos y refuerce su limpieza con lavado de manos antes de salir de la Corporación.

6.18. PISCINA

- ✓ Se debe llegar a cada uno de los sitios de práctica en medio de transporte propio (automóvil, moto, bicicleta o a pie) a fin de no congestionar el transporte público.
- ✓ Debe desinfectar su calzado en los tapetes ubicados en la entrada principal y en el lobby número 1 de recepción.
- ✓ Lave sus manos en el lavamanos dispuesto en la entrada principal con abundante agua y jabón.
- ✓ Mantenga la distancia mínima de dos metros con otras personas
- ✓ Permita que le tomemos su temperatura.
- ✓ Realice su registro en la recepción.
- ✓ Use el tapabocas en todo momento.
- ✓ Coloque alcohol glicerinado en sus manos antes de ingresar.
- ✓ Traiga su kit de desinfección y sus elementos de higiene personal, el suministro de toallas se encuentra suspendido.
- ✓ Cumpla con los horarios designados para su actividad.
- ✓ La práctica de esta actividad se realizará de manera individual y tendrá una duración máxima de sesenta (60) minutos por persona. Solo se habilitarán 3 carriles.
- ✓ Retírese del área 15 minutos antes de concluir su práctica.

Antes de la práctica

1. Se debe realizar el lavado de manos antes de ingresar a la piscina y al salir de ella en el lavamanos ubicado afuera de la entrada del área y hacer uso del alcohol glicerado.
2. Se debe llevar toalla individual a su práctica
3. Es obligatorio el uso de la ducha antes de ingresar a la piscina

6.18.1 Medidas para el usuario

- ✓ Utilizar el tapabocas de forma permanente cubriendo nariz y boca. Este solo podrá ser retirado antes del ingreso a la piscina.
- ✓ Mantener el distanciamiento físico de dos metros entre persona y persona diferentes a su grupo familiar.
- ✓ Contar con un kit que contenga como mínimo alcohol glicerado mínimo al 60%, toallas desinfectantes, y tapabocas.
- ✓ Vigilar a los menores y velar por el cumplimiento de las medidas preventivas
- ✓ Únicamente estará habilitada la ducha ubicada en la piscina.
- ✓ Los vestiers estarán habilitados para 3 cupos por cada género, haga uso de ellos de manera rápida para que el grupo siguiente pueda hacer uso de estos.

6.19. ATENCIÓN O SERVICIO A LA MESA

- ✓ Al inicio y durante la jornada, el personal de servicio deberá realizar la desinfección de superficies de contacto frecuente.
- ✓ La capacidad máxima del servicio de restaurantes, será del 30% del aforo.
- ✓ Las mesas estarán separadas mínimo 2 metros una de otra, para asegurar un distanciamiento social efectivo durante el consumo de los alimentos y bebidas.
- ✓ El comensal mantendrá su tapabocas en todo momento se lo retirara una vez llegue su pedido y lo guardará en la bolsa que se suministra junto con los cubiertos.
- ✓ Las mesas serán máximo de seis (6) personas para grupos familiares; de igual manera se tendrá montaje para dos (2) y cuatro (4) personas.
- ✓ Los elementos de servicio como cubiertos, mezcladores, entre otros, serán empacados de forma individual.
- ✓ Se evitará el contacto directo entre personas, saludos de mano, abrazos y demás expresiones corporales.
- ✓ Se evitará las aglomeraciones en las zonas de restaurante.
- ✓ El personal de servicio no está autorizado para mover y colocar mesas adicionales.
- ✓ No se dispondrá de utensilios auxiliares; en caso de alguna solicitud, se hará entrega en desechables.
- ✓ El abastecimiento de agentes desinfectantes de uso frecuente, estará siempre presente.

- ✓ El pago se hará por medio de tarjetas y plataformas electrónicas o con cargo a la acción; como medida de precaución.
- ✓ Durante la prestación del servicio, en caso de la utilización de datáfonos y bolígrafos, se ejecutará un protocolo de desinfección después de cada uso.

6.19.1 ATENCIÓN O SERVICIO A EVENTOS Y CATERING

- ✓ Se debe solicitar con anticipación de 24 horas con el área de eventos
- ✓ Al inicio del evento, el personal de servicio deberá realizar la desinfección de superficies de contacto frecuente.
- ✓ El invitado mantendrá su tapabocas en todo momento se lo retirara una vez llegue su pedido y lo guardará en la bolsa que se suministra junto con los cubiertos.
- ✓ La capacidad máxima del servicio es de 50 personas
- ✓ Se debe garantizar el distanciamiento físico mínimo de dos metros en cada ubicación
- ✓ Las mesas estarán separadas mínimo 2 metros una de otra, para asegurar un distanciamiento social efectivo durante el consumo de los alimentos y bebidas.
- ✓ Los elementos de servicio como cubiertos, mezcladores, entre otros, serán empacados de forma individual.
- ✓ Se evitará el contacto directo entre personas, saludos de mano, abrazos y demás expresiones corporales.
- ✓ Se evitará las aglomeraciones en todo momento.
- ✓ Está prohibido todo tipo de actividades que permitan el acercamiento social
- ✓ El personal de servicio no está autorizado para mover y colocar mesas adicionales.
- ✓ No se dispondrá de utensilios auxiliares; en caso de alguna solicitud, se hará entrega en desechables.
- ✓ El abastecimiento de agentes desinfectantes de uso frecuente, estará siempre presente.
- ✓ El pago se hará por medio de tarjetas débito o crédito y plataformas electrónicas; como medida de precaución.
- ✓ Durante la prestación del servicio, en caso de la utilización de datáfonos y bolígrafos, se ejecutará un protocolo de desinfección después de cada uso

6.19.2 Baños

- ✓ Se limita la cantidad de personas que ingresan al baño para garantizar el distanciamiento social.
- ✓ No permite que se formen filas o aglomeraciones cerca de los baños sin mantener una distancia de al menos 1 metro de las demás personas

6.20. MEDIDAS QUE DEBEN ADOPTAR LOS TRABAJADORES, SOCIOS Y BENEFICIARIOS AL SALIR DE LA EMPRESA

6.20.1 Al salir de la vivienda

- ✓ Estar atento a las indicaciones de la autoridad local sobre restricciones a la movilidad y acceso a lugares públicos.
- ✓ Al salir trate de cubrir siempre su piel.
- ✓ Recójase el cabello, no lleve aretes, pulseras o anillos.
- ✓ Si tiene mascarilla, póngasela al final justo antes de salir.
- ✓ Si saca a su mascota, desinfecta sus patas al regresar a casa mínimo con toallas desechables.
- ✓ Visitar solamente aquellos lugares estrictamente necesarios y evitar aglomeraciones de personas.
- ✓ Asignar un adulto para hacer las compras, que no pertenezca a ningún grupo de alto riesgo.
- ✓ Restringir las visitas a familiares y amigos y si alguno presenta cuadro respiratorio.
- ✓ Evitar saludar con besos, abrazos o de mano.
- ✓ Utilizar siempre tapabocas sobre todo en áreas de afluencia masiva de personas, en el transporte público, supermercados, bancos, entre otros, así como en los casos de sintomatología respiratoria o si es persona en grupo de riesgo.

6.20.2 Al regresar a la vivienda

- ✓ Retirar los zapatos a la entrada de su vivienda y desinfectarlos con la solución desinfectante que usted contemple (cloro, alcohol o agua y jabón)
- ✓ Lavar las manos de acuerdo a los protocolos del Ministerio de Salud y Protección Social.
- ✓ Limpia con alcohol o alcohol glicerinado, celular, llaves, billetera y déjalos en un sitio destinado en la entrada.
- ✓ Evitar saludar con beso, abrazo y dar la mano y buscar mantener siempre la distancia de más de dos metros entre personas.
- ✓ Antes de tener contacto con los miembros de familia, cambiarse de ropa.
- ✓ Mantener separada la ropa de trabajo de las prendas personales.
- ✓ La ropa debe lavarse en la lavadora a más 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.
- ✓ Bañarse con abundante agua y jabón.
- ✓ Desinfectar con alcohol o lavar con agua y jabón los elementos que han sido manipulados al exterior de la vivienda.

- ✓ Mantener la casa ventilada, limpiar y desinfectar áreas, superficies y objetos de manera regular.
- ✓ Si hay alguna persona con síntomas de gripa en la casa, tanto la persona con síntomas de gripa como quienes cuidan de ella deben utilizar tapabocas de manera constante en el hogar.
- ✓ Si se tiene sospecha de estar contagiado debe permanecer de manera obligatoria aislado, y llamar a la red de atención de emergencias sanitarias del Instituto Departamental de Salud 3057341717, para que le realicen en casa los exámenes pertinentes de salud y diagnóstico por parte de las autoridades.

6.21 PARQUEADERO

Se habilita el área de parqueadero para la asistencia de socios y beneficiarios que realizarán las áreas deportivas de nuestras instalaciones.

Medidas de seguridad

- ✓ El nivel de ocupación del parqueadero será del 50% manteniendo un espacio libre entre vehículo y vehículo.
- ✓ Los lugares habilitados para el parqueo se marcarán con carteles.
- ✓ Un vehículo podrá ingresar con máximo 2 personas.
- ✓ Los usuarios ingresarán por las entradas habilitadas. Durante su permanencia en el parqueadero deberán guardar todas las medidas de bioseguridad y distanciamiento social.

7. LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE AREAS Y SUPERFICIES

7.1 Desinfección de instalaciones:

Cada espacio y cada elemento que se pone en contacto con los Usuarios y el personal de salud merecen especial atención en lo que se refiere al procedimiento de limpieza y desinfección.

La Limpieza de las superficies y áreas se realiza con detergentes, seleccionados idealmente que protejan el medio ambiente; la desinfección se realiza con desinfectantes que se ajusten al nivel de desinfección deseado y los materiales a desinfectar.

- ✓ Se desinfecta de manera permanente los lugares de trabajo, antes de iniciar en cualquier superficie o área de trabajo se debe desinfectar con el atomizador de alcohol
- Se incrementa la frecuencia de limpieza y desinfección del área como pisos, paredes, puertas, ventanas, pasamanos, sillas, y todos aquellos elementos con los cuales las personas tienen contacto constante y directo.
- ✓ Se desinfecta las zonas comunes a la apertura y al cierre del establecimiento, con cloro orgánico. Así mismo, garantizar jornadas de limpieza y desinfección periódicas durante el día
- ✓ Se realiza un control de roedores e insectos para evitar la contaminación
- ✓ Elaboración de fichas técnicas e instructivos (idealmente digitales) sobre los procesos de limpieza y desinfección, se debe tener en cuenta las recomendaciones del fabricante.
- ✓ Las áreas como pisos, baños, se lavan con un detergente común, para luego desinfectar con productos entre los cuales está el hipoclorito de uso doméstico se lo deja en contacto con las superficies de 5 a 10 minutos y después se retira con un paño húmedo y limpio.

7.2 Desinfección de áreas deportivas:

- 7.2.1 Se realizará el debido proceso de desinfección con cloro orgánico en toda el área usada, cada vez que los usuarios terminen su turno, el cual tiene una duración de 1 hora.
- 7.2.2 Los desechos serán dispuestos en bolsas verdes debidamente marcadas para realizar la debida disposición.
- 7.2.3 Mantener el aprovisionamiento necesario del material de limpieza para realizar las tareas de higienización a diario.

7.3 Al convivir con una persona de alto riesgo

Si el trabajador convive con personas mayores de 60 años, con enfermedades preexistentes de alto riesgo para el COVID-19, o con personal de servicios de salud, debe:

- ✓ Mantener la distancia siempre mayor a dos metros.
- ✓ Utilizar tapabocas en casa, especialmente al encontrarse en un mismo espacio que la persona a riesgo, al cocinar y servir la comida.
- ✓ Aumentar la ventilación del hogar.
- ✓ Asignar un baño y habitación individual para la persona que tiene riesgo, si es posible. Si no lo es, aumentar ventilación, limpieza y desinfección de superficies.
- ✓ Lavar ropa, sábanas y toallas muy frecuentemente.
- ✓ Cumplir a cabalidad con las recomendaciones de lavado de manos e higiene respiratoria impartidas por el Ministerio de Salud y Protección Social.
- ✓ Llamar al teléfono de la red de atención de emergencias sanitarias del Instituto Departamental de Salud 3057341717 o de su EPS si presenta fiebre de más de 38° y dificultad para respirar.
- ✓ Permanecer en casa de manera obligatoria y aislada si presenta síntomas.

Limpieza y desinfección en la vivienda

PARA UN HOGAR LIBRE DE
CORONAVIRUS (COVID-19)



La salud es de todos

Minsalud



1

Incrementa actividades de limpieza y desinfección de superficies de los closets, roperos, armarios, barandas, pasamanos, picaportes, interruptores de luz, puertas, gavetas, topes de puertas, muebles, juguetes, bicicletas, y todos aquellos elementos con los cuales las personas de la familia tienen contacto constante y directo. También de pisos, paredes, puertas y ventanas, así como de fundas, sábanas y toallas.

2

Además limpie y desinfecte todo aquello que haya estado en el exterior de la vivienda o que es de manipulación diaria: computadores, mouse, teclados, celulares, teléfonos fijos, llaves, control remoto, otros equipos electrónicos de uso frecuente (usa alcohol, jabón suave o sigue las recomendaciones del fabricante).

3

Al limpiar y desinfectar procure seguir estos pasos:

- Retire el polvo.
- Lave con agua y jabón.
- Enjuague con agua limpia.
- Desinfecte con productos de uso doméstico.

Siga estos pasos también para limpiar y desinfectar todos los elementos que se encuentran en baños y cocina.

Al utilizar desinfectantes ten cuenta que:

- Lea y siga las instrucciones de dilución que se encuentra en la etiqueta del producto y el uso de elementos de protección personal, mantener siempre estas sustancias fuera del alcance de los niños.
- Evite realizar las diluciones en envases que hayan contenido bebidas o alimentos. Consérvelos siempre en su envase original.
- No coma, beba, ni fume durante su manipulación y aplicación.

4

5

- Al lavar prendas de vestir no las sacuda y deje que se sequen completamente.



Limpieza baño

Cambie toallas de manos, use desechables si es posible y separe y guarde cepillos de dientes.



Manejo residuos sólidos

- Clasifique los residuos sólidos generados en la vivienda.
- Cumpla con los horarios de la ruta recolectora.
- Defina un adulto de la familia que se encargue del depósito en las áreas establecidas.



Limpieza Cocina

- Cambie o lave con regularidad las esponjas para lavar platos, preferiblemente con agua caliente o desinfectante.
- No compartan entre miembros de la familia vasos, platos, utensilios, alimentos o bebidas. Tener en cuenta las cinco reglas de la OMS para unos alimentos más seguros.



CORONAVIRUS (COVID-19)

Elaborado por:
Subdirección de Salud Ambiental
Bogotá, D.C. - Marzo de 2020

8. ¿QUE DEBE HACER EL TRABAJADOR EN CASO DE QUE PRESENTE SÍNTOMAS?

- A. El empleado debe informar inmediatamente al jefe inmediato o a la líder SST los síntomas que presenta.
- B. Mientras espera atención, la persona afectada debe permanecer al menos a dos metros de otras personas. Debe evitar tocar a las personas, las superficies y los objetos y debe cubrirse la boca y la nariz con un pañuelo desechable cuando tosa o estornude y poner el pañuelo en una bolsa o bolsillo y luego tirar el pañuelo en un contenedor. Si no tienen ningún pañuelo disponible, deben toser y estornudar en el pliegue del codo.
- C. El trabajador confirmado debe realizar el tratamiento, en domicilio u hospitalizado, según las indicaciones médicas entregadas por centro de atención de salud donde ha sido atendido.

9. COMO DEBE ACTUAR LA EMPRESA EN CASO DE QUE UNOS DE SUS TRABAJADORES CONTRAIGA EL COVID-19

CASO SOSPECHO O CONTACTO

Con Nexo Epidemiológico en ambiente laboral

El trabajador debe llamar telefónicamente a la EPS a la que se encuentre afiliado para solicitar orientación asistencial.

El empleador debe informar a la red de atención de emergencias sanitarias del Instituto Departamental de Salud 3057341717 o de su EPS si presenta fiebre de más de 38° y dificultad para respirar.

El Líder SST informa a la ARL para seguimiento epidemiológico del probable caso de COVID-19 al correo: servicioalcliente@colmenaseguros.com

Se realiza el respectivo seguimiento progresivo al trabajador en los siguientes 14 días de acuerdo al estado de salud y verificando con él paciente información de importancia que pueda ser relevante para definir el caso, como sintomatología, seguimientos por entes territoriales, órdenes de medicamentos, recomendaciones y toma de muestras esta información debe ser llevada en una base de datos

[Copia base de datos de control y seguimiento.xlsx](#)

El trabajador deberá tener aislamiento social y continúa manejo por la EPS.

Si se llega a confirmar COVID-19 positivo con laboratorio, se convertirá en caso confirmado.

Con Nexo Epidemiológico en ambiente extra laboral (Social, Familiar, etc.)

El trabajador debe llamar telefónicamente a la EPS a la que se encuentre afiliado para solicitar orientación asistencial.

El empleador debe informar al Instituto Departamental de Salud 3057341717 de forma inmediata para apoyar la vigilancia del cerco epidemiológico.

Aislamiento a la sala de televisión y continúa manejo y recomendaciones por la EPS.

CASO PROBABLE CON NEXO EPIDEMIOLOGICO

CUMPLE CRITERIO DE NEXO EPIDEMIOLOGICO	NO CUMPLE CRITERIO DE NEXO EPIDEMIOLOGICO
<p>El trabajador debe llamar telefónicamente a la EPS a la que se encuentre afiliado para solicitar orientación asistencial y aislamiento domiciliario.</p> <p>El empleador debe informar a la red de atención de emergencias sanitarias del Instituto Departamental de Salud 3057341717 o de su EPS si presenta fiebre de más de 38° y dificultad para respirar.</p> <p>El Líder SST informa a la ARL para seguimiento epidemiológico del probable caso de COVID-19 al correo: servicioalcliente@colmenaseguros.com</p>	<p>Aislamiento social y continúa recomendaciones de la EPS.</p>
<p>Con Nexo Epidemiológico en ambiente laboral</p>	<p>Con Nexo Epidemiológico en ambiente extra laboral (Social, Familiar, etc)</p>
<p>Aislamiento social y continúa manejo y recomendaciones por la EPS.</p> <p>Aviso a la ARL para seguimiento epidemiológico.</p> <p>Si se llega a confirmar COVID-19 positivo con laboratorio se convertirá en caso confirmado</p>	<p>Aislamiento social y continúa manejo y recomendaciones por la EPS.</p>
CASO CONFIRMADO	
<p>Con Nexo Epidemiológico en ambiente laboral</p>	<p>Con Nexo Epidemiológico en ambiente extra laboral (Social, Familiar, etc)</p>
<p>Aislamiento social y continúa manejo y recomendaciones por la EPS.</p> <p>Aviso a la ARL Colmena y envío del Formato de Reporte de Enfermedad Laboral a ARL y EPS Las prestaciones económicas a cargo de la ARL</p>	<p>Aislamiento social y continúa manejo y recomendaciones por la EPS.</p> <p>Prestaciones económicas a cargo de EPS - AFP</p>

10. COMO DEBE ACTUAR LA EMPRESA EN CASO DE QUE UNOS DE SUS SOCIOS O BENEFICIARIOS CONTRAIGA EL COVID-19

CASO SOSPECHO O CONTACTO

Una vez el Socio o Beneficiario marca por segunda vez una temperatura mayor a 38°, este será enviado a aislamiento en el área de Casa Vieja, mientras tanto el funcionario en portería solicita el número telefónico de la EPS al que el usuario se encuentra afiliado para solicitar orientación asistencial.

La Corporación informará a la red de atención de emergencias sanitarias del Instituto Departamental de Salud 3057341717 o de su EPS si presenta fiebre de más de 38° y dificultad para respirar.

El Líder SST informa a la ARL para seguimiento epidemiológico del probable caso de COVID-19 al correo: servicioalcliente@colmenaseguros.com

El socio o beneficiario deberá mantener aislamiento social y continuo manejo por la EPS.

Si se llega a confirmar COVID-19 positivo con laboratorio, se convertirá en caso confirmado.