



## CAMPEONATO NACIONAL DE SALTOS Y PRUEBAS MÚLTIPLES

### **PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD APROBADO POR EL MINISTERIO DEL DEPORTE.**

### **EL PROTOCOLO PARA EL DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES DE PREPARACIÓN Y COMPETICIÓN DEPORTIVA**

#### **1. ORIENTACIONES PARA ANTES DE SALIR DE CASA**

Si usted es un deportista, entrenador u oficial autorizado por la Federación Colombiana de Atletismo para participar en la competición que se programe, debe auto evaluarse respondiendo el siguiente cuestionario, recuerde que tiene una gran responsabilidad consigo mismo y con su familia.

#### CUESTIONARIO DE SEGURIDAD:

- a. Usted ha sufrido o sufre de alguna enfermedad respiratoria.
- b. Ha tenido en los últimos meses cuadro gripal reiterado.
- c. Ha tenido dolor fuerte en todo el cuerpo.
- d. Ha sufrido algún síntoma que pueda relacionarlo con COVID-19 (fiebre alta, tos seca, pérdida del olfato o el gusto, dificultad para respirar).
- e. Algún miembro de su familia ha sido atendido por COVID-19.
- f. Vive actualmente con sus padres y estos superan los 70 años de edad.
- g. Vive actualmente con sus abuelos y estos superan los 70 años de edad.
- h. Algún miembro de su familia con el que convive presenta enfermedades respiratorias o consume medicamentos inmunosupresores.
- i. Algún miembro de la familia con el que convive fuma permanentemente.
- j. Convive actualmente con niños de meses de edad y hasta 10 años.
- k. Se ha trasladado a otras ciudades en el último mes.

Si al responder el anterior cuestionario usted encuentra que hay respuestas afirmativas, debe considerar no salir de casa por el alto riesgo sobre su seguridad en la salud y la de su familia.

Con el propósito de alistar la salida de casa (deportistas, entrenadores y demás oficiales) para ir a la competición, asegure la preparación y alistamiento de los siguientes implementos y actividades:

- Una maleta o morral plástico que pueda ser limpiado permanentemente. - Material de aseo y desinfección:
  - Tapabocas antifluidos
  - Alcohol
  - Gel antibacterial
  - Jabón líquido
  - Toalla
- Uniformes de competición completos.
- Implementación deportiva requerida.
- Gafas protectoras (aplica para el entrenador).
- Tarros plásticos de hidratación preparados y llenos.
- Ropa para trasladarse ida y regreso al escenario deportivo.
- En sus pertenencias asegúrese de llevar: teléfono móvil, documento de identificación, carné EPS y algo de dinero.
- Establecer la ruta de llegada a la competición y regreso a casa, teniendo presente:
  - Si lo va hacer en transporte público, atender los protocolos establecidos para este medio.
  - Si lo hace en bicicleta o motocicleta, cumplir las orientaciones de bioseguridad determinadas.

- Si lo hace en transporte privado de igual manera tener las precauciones de higiene y limpieza antes y después de usar los vehículos correspondientes.
- Cerciórese de haber hecho el registro completo de su inscripción, diligenciando los formularios y adjuntado los documentos solicitados.
- Asegúrese que su nombre esté en el listado oficial de inscritos a la competición, en la página de la Federación Colombiana de Patinaje.

## **2. ORIENTACIONES EN EL TRANSPORTE HACIA EL ESCENARIO DEPORTIVO Y REGRESO A CASA.**

- EN TRANSPORTE PÚBLICO (Bus Urbano, Taxi, Metro, Transmilenio, otros servicios de transporte masivo)
  - a. La distancia entre los pasajeros en el interior de los vehículos debe ser de mínimo un metro y en los portales de dos metros, incluso en las filas para abordar los buses de servicio público.
  - b. Utilizar el gel y/o alcohol al subir y bajar del sistema de transporte.
  - c. Usar en todo momento y de manera correcta el tapabocas antifluído.
  - d. Orientar y posibilitar la ventilación adecuada de los vehículos utilizados.
  - e. Cumplir de manera rigurosa las orientaciones establecidas en cada medio de transporte público.
- EN TRANSPORTE PARTICULAR (Automóviles; Motos; Bicicletas; Patinetas Eléctricas; Patines)
  - a. Con relación a las motos se recomienda utilizar el casco y los elementos reflectivos, gafas, tapabocas antifluidos y guantes.
  - b. Para la bicicleta, que resulta una excelente opción, debe utilizarse con todos los elementos de protección como el casco, gafas, guantes y tapabocas antifluidos. Los biciusuarios deberán mantener un distanciamiento de por lo menos dos metros entre uno y otro, y no desplazarse en fila.

### **3. ORIENTACIONES AL LLEGAR AL ESCENARIO DEPORTIVO**

Los eventos se realizarán a puerta cerrada y por ningún motivo se permitirá el ingreso de público en general, familiares o acompañantes. Recuerde que, al llegar al sitio de competición, usted además de tener la responsabilidad de cumplir el presente protocolo, deberá someterse a las orientaciones que las autoridades locales correspondientes exijan.

#### **Generales:**

- Todos los deportistas, entrenadores y demás oficiales para participar de la competición, deberán contar de manera obligatoria con su propio kit de higiene personal y con los elementos de protección que cubra nariz, boca y mentón (tapaboca antifluidos). Solo usar lentes de contacto en caso de ser indispensable.
- Al ingresar al escenario deportivo el deportista, entrenador y demás oficiales, deberán desinfectar el calzado.
- El deportista deberá guardar la distancia exigible de dos metros con cualquier persona, entre ellos su entrenador y sus compañeros de competición, a quienes no podrá abrazar, saludar de beso, saludar de mano. etc. De igual manera al despedirse, lo hará con una señal, sin ninguna clase de contacto.
- Preferiblemente el deportista deberá llevar su uniforme de competición debajo de la sudadera, esto con el propósito de no utilizar los camerinos.
- El entrenador y los demás oficiales, no podrán retirarse en ningún momento el tapabocas antifluidos y las gafas protectoras.
- Está totalmente prohibido escupir en cualquier lugar del escenario.
- Al toser o estornudar se debe hacer sobre el pliegue interno del codo.

## **Especiales:**

- Por ningún motivo se permite el ingreso al escenario de padres de familia o público. El ingreso deberá hacerse en estricto orden de programación solamente podrá ingresar el deportista de la modalidad y categoría programada en compañía de su entrenador o delegado. El deportista deberá retirarse del escenario en los 10 minutos después de finalizar su competición, solo podrá permanecer en el escenario el técnico y delegado siempre y cuando tengan más deportistas pendientes por participar.
- Solo podrán ingresar al escenario los deportistas y oficiales correspondientes a la competición programada en cada jornada, por parte de la organización, acogiéndonos a la reglamentación que el Gobierno Nacional determine para el aforo de escenarios deportivos.
- El escenario tendrá dispuesto zonas para las delegaciones que garantizan el distanciamiento mínimo de dos metros entre cada persona. No se permitirá el uso de espacios cerrados como (camerinos, salones, oficinas y de más).
- Se realizarán tomas de temperatura para todas las personas al ingresar al escenario y no se permitirá el ingreso a personas con temperatura mayor a 37,5 grado, así este oficialmente inscrito en el evento o haya competido la jornada anterior.
- Se debe realizar desinfección de manos con gel antibacterial o alcohol por lo menos 2 veces por jornada. Evitando de esta manera propiciar aglomeraciones en los baños.

## **4. ORIENTACIONES PARA LAS ACTIVIDADES DE PREPARACIÓN O COMPETICIÓN**

- Las personas que después de haber concluido su proceso de inscripción definitiva y presenten síntomas relacionados con COVID-19, deberán informar su situación (reporte médico oficial) para el retiro del evento.

### **ENTRENAMIENTO O COMPETICIÓN**

- Mantener una distancia mínima de 2 metros durante actividades: saludo, alistamiento de indumentaria, desinfección de implementación, recepción de indicaciones, en tiempo para hidratación, entre otros, sin propiciar el contacto físico durante las mismas.

- El entrenador debe mantener sus pertenencias en un lugar establecido junto con los elementos necesarios y se debe higienizar con alcohol antes y después de usarlos. Seguidamente, usar gel antibacterial en manos.
- Los deportistas deberán aislar en bolsas plásticas los uniformes de competición utilizados, que deberán ser lavados posteriormente en casa.
- El uso de los uniformes para los entrenadores, jueces, logística, prensa y de más personal deberá ser de uso exclusivo dentro del escenario, y deberá ser retirado y aislado en bolsa plástica dentro del morral o maletín una vez culmine el evento, para ser lavados posteriormente en casa.
- El uso de tapabocas es indispensable y obligatorio para todas las personas que deban ingresar al escenario y el mismo deberá ser desechado al salir debiéndose utilizar uno nuevo.
- En el momento de ser llamado a la competición, el deportista podrá retirarse el tapabocas antifluidos para permitir mejores condiciones de respiración mientras realiza la misma. Una vez concluida la competición, coloque nuevamente el tapabocas antifluidos.
- Después de terminada la jornada de entrenamiento o competición, asegúrese de mantener el tapabocas antifluidos bien colocado hasta llegar a casa.
- El entrenador, jueces y demás oficiales, no podrán retirarse en ningún momento el tapabocas antifluidos y las gafas protectoras, así como la desinfección de calzado e implementos a utilizar durante el desarrollo de la competición, de uso personal e intransferible. Seguidamente, usar gel antibacterial en manos.
- La hidratación será de manera personal y privada, es decir que cada deportista deberá llevar su propia hidratación preparada con anticipación, para ser utilizada de manera particular y exclusiva.
- Tener la hidratación en termos debidamente marcados con su nombre y apellido.
- El calentamiento se hará de manera individual y se establecerá la cantidad de deportistas en pista, y de acuerdo a las dimensiones del escenario deportivo se programarán turnos para garantizar el distanciamiento.

- Previo al ingreso a la pista de entrenamiento o competición para realizar el calentamiento, se deberá hacer la desinfección de los implementos deportivos especializados de uso personal e intransferible. Seguidamente, usar gel antibacterial en manos.
- Se demarcarán zonas en el escenario deportivo, para ubicar deportistas, entrenadores, equipos de ciencias aplicadas al deporte, jueces, primeros auxilios, personal de comunicación, comisión técnica y personal logístico, que deberán ser respetadas en todo momento.
- Las zonas delimitadas estarán enmarcadas de acuerdo a las características del reglamento de la disciplina deportiva y del escenario de entrenamiento o competición.
- El formato para el desarrollo de la competición establecerá:
  - Disciplina deportiva.
  - Competición individual.
  - Riguroso distanciamiento de bioseguridad.
  - Programación deportiva con horarios de estricto cumplimiento.
  - Tiempos de desinfección y limpieza del escenario. PROTOCOLO
- No se realizarán ceremonias de inauguración y clausura tradicionales de estos eventos, con el ánimo de evitar las aglomeraciones, y desplazamientos masivos a los escenarios.
- La premiación se realizará con una distancia de 2,0 mts entre cada uno de los cajones del pódium (1o-2o-3o), los deportistas se auto premiarán puesto que cada uno de ellos tomará la medalla correspondiente ubicada a un costado del pódium, y no habrá contactos de los deportistas. Las fotos serán tomadas por el fotógrafo oficial del evento.

## **5. ORIENTACIONES AL SALIR DEL ESCENARIO DEPORTIVO**

Recuerde que ahora hay que disponerse para abandonar el sitio de entrenamiento o competición, y debe tener en consideración lo siguiente:

- Los deportistas que culminan su entrenamiento o competición deportiva deberán abandonar el escenario, y no podrán quedarse como público para otras pruebas.
- Verifique que ha recogido todas sus pertenencias incluyendo sus implementos deportivos, asegurándose al cambiarse el uniforme de mantener el distanciamiento entre cada deportista, entrenador y demás oficiales.
- Asegúrese que sea usted la única persona que mueva o manipule su maletín o morral, no permita que nadie lo toque y al momento de guardar su indumentaria deportiva dentro del maletín deberá frotar con alcohol sus implementos.
- Mantenga el tapabocas antifluidos bien colocado.
- Desinfecte las manos con el gel anti bacterial o alcohol, hágalo cuidadosamente. – Espere retroalimentación de la competición realizada, así como instrucciones del próximo entrenamiento o competición, vía teleconferencia por parte de su entrenador.
- Retírese del escenario deportivo con la mayor rapidez posible por la puerta indicada, recuerde que debemos ser estrictos con los horarios designados, sus compañeros están próximos a ingresar y el escenario deportivo debe estar disponible.
- Diríjase de manera inmediata a su lugar de residencia utilizando, en lo posible, el mismo medio de transporte.