



PROTOCOLO PARA LA MITIGACIÓN DE LA PROPAGACIÓN DE COVID-19 EN LAS INSTALACIONES ADMINISTRATIVAS Y ESCENARIOS DEPORTIVOS DEL INSTITUTO DISTRITAL DE DEPORTE Y RECREACIÓN – IDER

NOMBRE DE LA ENTIDAD	INSTITUTO DISTRITAL DE DEPORTE Y RECREACIÓN - IDER
NIT	800232726
REPRESENTANTE LEGAL	GINA VIVIANA LONDOÑO MORENO
CODIGO ACTIVIDAD ECONOMICA / ARL	1924101

INTRODUCCIÓN

El artículo 49 de la Constitución Política determina, entre otros aspectos, que toda persona tiene el deber de procurar el cuidado integral de su salud y la de su comunidad y el artículo 95 del mismo ordenamiento dispone que las personas deben *"obrar conforme al principio de solidaridad social, respondiendo con acciones humanitarias, ante situaciones que pongan en peligro la vida o la salud"*.

La Ley 1751 de 2015, por medio de la cual se regula el derecho fundamental a la salud dispone en su artículo 5 que el Estado es responsable de respetar, proteger y garantizar el goce efectivo de ese derecho, como uno de los elementos esenciales del Estado Social de Derecho, y en su artículo 10 enuncia como deberes de las personas los de *"propender por su autocuidado, el de su familia y el de su comunidad"* y de *"actuar de manera solidaria ante situaciones que pongan en peligro la vida y la salud de las personas"*.

De igual manera, la Ley 9 de 1979 destaca en su Título VII que corresponde al Estado como regulador en materia de salud, expedir las disposiciones necesarias para asegurar una adecuada situación de higiene y seguridad en todas las actividades y en su artículo 598 establece que, *"toda persona debe velar por el mejoramiento, la conservación y la recuperación de su salud personal y la salud de los miembros de su hogar, evitando acciones y omisiones perjudiciales y cumpliendo las instrucciones técnicas y las normas obligatorias que dicten las autoridades competentes"*.

Que la Organización Mundial de la Salud - OMS, el 7 de enero de 2020, declaró el brote del nuevo coronavirus Covid - 19 como una Emergencia de Salud Pública de Importancia Internacional y el 11 de marzo de 2020, como una pandemia, esencialmente por la velocidad en su propagación, por lo que instó a los Estados a tomar acciones urgentes decididas para la identificación, confirmación, aislamiento, monitoreo de los posibles casos y el tratamiento



de los casos confirmados, así como la divulgación de las medidas preventivas, todo lo cual debe redundar en la mitigación del contagio.

Que, como consecuencia de ello y con el fin de prevenir y controlar la propagación de COVID-19, el Ministerio de Salud y Protección Social mediante Resolución 385 del 12 de marzo de 2020, declaró la emergencia sanitaria en todo el territorio nacional, la cual ha sido prorrogada hasta el 31 de agosto de 2021, mediante Resoluciones 844, 1462, y 2230 de 2020, 222 y 738 de 2021.

Que el Decreto 109 de 2021, modificado por los Decretos 404 y 466 de 2021 adoptó el Plan Nacional de Vacunación contra el Covid-19, en el que se define, entre otros aspectos, en todo el territorio nacional, la población que debe recibir prioritariamente la vacuna para cumplir con el objeto de reducir la morbilidad grave y la mortalidad específica por COVID- 19, disminuir la incidencia de casos graves y la protección de la población que tiene alta exposición al virus y reducir el contagio en la población general.

Que, mediante Decreto 580 de 2021 el Gobierno nacional adoptó las medidas para la reactivación progresiva de las actividades económicas, sociales y del Estado y determinó que, bajo el nuevo panorama de la pandemia, el Ministerio de Salud y Protección Social debe establecer los criterios para la apertura gradual y las condiciones que permitan el desarrollo de tales actividades.

Que, en consecuencia, con el fin de reactivar las actividades de todos los sectores donde se desarrolla la vida cotidiana de la población colombiana es necesario establecer las normas de autocuidado y actualizar el protocolo general de bioseguridad que deben ser implementado y adoptado por todas las personas actividades económicas, sociales, culturales y todos los sectores de la administración, a fin de propiciar el retorno gradual y progresivo a todas las actividades.

La Resolución 777 del 02 de junio de 2021 dispone el protocolo general de bioseguridad para mitigar, controlar y realizar el adecuado manejo de la pandemia del Coronavirus – COVID-19, tiene como objeto adoptar el protocolo general de bioseguridad para todas las actividades económicas, sociales y sectores de la administración pública; por ello, dicho protocolo está orientado a minimizar los factores que pueden generar la transmisión de la enfermedad.



CAPITULO I.

PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA LA PREVENCIÓN DE LA TRANSMISIÓN DE COVID-19

1. OBJETIVO

Orientar las medidas generales de autocuidado y de bioseguridad en el marco de la pandemia por el coronavirus COVID-19, para incorporar en el desarrollo de todas las actividades de los diferentes sectores económicos, sociales, y del Estado, con el fin de disminuir el riesgo de transmisión del virus.

2. DEFINICIONES

- 2.1. Aislamiento:** separación de una persona o grupo de personas que se sabe o se cree que están infectadas con una enfermedad transmisible y potencialmente infecciosa de aquellos que no están infectados, para prevenir la propagación de COVID-19. El aislamiento para fines de salud pública puede ser voluntario u obligado por orden de la autoridad sanitaria.
- 2.2. Aislamiento respiratorio:** se aplica cuando se prevé la presencia de gotas de origen respiratorio con bajo rango de difusión (hasta 1 metro).
- 2.3. Aislamiento por gotas:** se refiere a las medidas para controlar las infecciones por virus respiratorios y otros agentes transmitidos por gotas (> 5 micras) impulsadas a corta distancia a través del aire y que pueden ingresar a través de los ojos, la mucosa nasal, la boca o la piel no intacta de la persona que está en contacto con el paciente.
- 2.4. Aislamiento por contacto:** se refiere a las medidas para controlar el contacto directo cuando se produce en el traspaso de sangre o fluidos corporales desde un paciente hacia otro individuo susceptible. El contacto puede hacerse en piel, mucosas o lesiones; así mismo por inóculos directos a torrente sanguíneo, e indirecto cuando el huésped susceptible entra en contacto con el microorganismo infectante a través de un intermediario inanimado (ropas, fómites, superficies de la habitación) o animado (personal de salud, otro paciente) que estuvo inicialmente en contacto con ese microorganismo. En este caso se utiliza bata desechable anti fluidos o traje de polietileno, este último para alto riesgo biológico.





- 2.5. 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.
- 2.6. Autocuidado:** según la definición de la Organización Mundial de la Salud, "el autocuidado comprende todo lo que hacemos por nosotros mismos para establecer y mantener la salud, prevenir y manejar la enfermedad." (OMS, 1998). En el contexto de la Ley Estatutaria de Salud, el primer deber de la persona con el servicio de salud es "propender por su autocuidado, el de su familia y el de su comunidad". El autocuidado comprende las capacidades, decisiones y acciones que el individuo toma para proteger su salud la de su familia, aplicando prácticas como el autoaislamiento, monitoreo de signos vitales como la temperatura, oximetría, tensión arterial.
- 2.7. Aglomeración:** Se entiende por aglomeración toda concurrencia de personas en espacios cerrados y abiertos en los cuales no se pueda guardar el distanciamiento físico de mínimo 1 metro entre persona y persona. También se considera que existe aglomeración cuando la disposición arquitectónica del espacio y la distribución de muebles y enseres dificulte o impida dicho distanciamiento.
- 2.8. 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.
- 2.9. Cohorte de pacientes:** agrupación de los pacientes que están colonizados o infectados con un mismo microorganismo, para limitar su atención a un área única y evitar el contacto con otros pacientes. Las cohortes se crean de acuerdo con la confirmación diagnóstica (clínica o microbiológica), criterios epidemiológicos y el modo de transmisión del agente infeccioso. Se prefiere evitar colocar pacientes severamente inmunodeprimidos en habitaciones con otros pacientes. Los estudios de modelado matemático soportan la fuerza de las cohortes en el control de brotes.
- 2.10. COVID-19:** nueva enfermedad causada por un nuevo coronavirus. 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.
- 2.11. Clientes o usuarios:** toda persona natural o jurídica, entidad e institución, que use o consuma bienes y servicios.





- 2.12. Desinfección:** es la destrucción de microorganismos de una superficie por medio de agentes químicos o físicos.
- 2.13. 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.
- 2.14. Estrategia de Cohorte o burbuja para servicios de educación inicial y en establecimientos educativos:** se refiere a la estrategia de identificar y conformar grupos fijos de niños, niñas y adolescentes que permanezcan juntos a lo largo del día, manteniendo el distanciamiento físico.
- 2.15. Eventos públicos y privados:** congregación planeada de personas, reunidas en un lugar con la capacidad o infraestructura para ese fin, con el objetivo de participar en actividades reguladas en su propósito, tiempo, contenido y condiciones de ingreso y salida, bajo la responsabilidad de una organización que aplica medidas de bioseguridad, con el control y soporte necesario para su realización y bajo el permiso y supervisión de entidades u organismos con jurisdicción sobre ella.
- 2.16. Hipoclorito:** es un grupo de desinfectantes que se encuentra entre los más comúnmente utilizados que 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.
- 2.17. 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.
- 2.18. Material Contaminado:** es aquel que ha estado en contacto con microorganismos o es sospechoso de estar contaminado.
- 2.19. NIOSH:** Instituto Nacional para la Salud y Seguridad Ocupacional de los Estados Unidos de Norteamérica.
- 2.20. Prestadores de servicios de salud:** refiere a las instituciones prestadoras de servicios de salud - IPS, profesionales independientes de salud, transporte asistencial de pacientes y entidades de objeto social diferente que prestan servicios de salud.





2.21. Proveedores: persona natural o jurídica, entidad e institución, que produzca o provea bienes y servicios.

2.22. 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.

2.23. Residuos Peligrosos. Es aquel residuo o desecho que, por sus características corrosivas, reactivas, explosivas, tóxicas, inflamables, infecciosas o radiactivas, puede causar riesgos o efectos no deseados, directos e indirectos, a la salud humana y el ambiente. Así mismo, se consideran residuos peligrosos los empaques, envases y embalajes que estuvieron en contacto con ellos.

2.24. SARS: síndrome respiratorio agudo severo, por sus siglas en inglés (Severa Acute Respiratory Syndrome).

2.25. 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.

3. MEDIDAS DE BIOSEGURIDAD Y AUTOCUIDADO PARA TODOS LOS SECTORES

3.1. Medidas generales.

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

- a. Medidas de autocuidado
- b. Cuidado de la salud mental
- c. Lavado e higiene de manos
- d. Distanciamiento físico
- e. Uso de tapabocas
- f. Ventilación adecuada
- g. Limpieza y desinfección
- h. Manejo de Residuos





3.2. Medidas de autocuidado

En la situación actual, cuidarse también es cuidar a los otros y de acuerdo con esta consideración, cada persona es responsable de tomar decisiones de acuerdo con sus necesidades, capacidades, posibilidades y condiciones de vida que propendan por cuidado de sí mismo, de los seres queridos y de la sociedad en general. Para esto:

- a. Determinar con claridad la o las medidas de cuidado que requiere implementar para prevenir su contagio o el de otros, teniendo en cuenta aquellas medidas que han demostrado ser eficientes desde la evidencia científica.
- b. Revisar sus prácticas de cuidado en la actualidad, identificando las situaciones, circunstancias, pensamientos y/o emociones que facilitan o dificultan estas prácticas.
- c. Adoptar medidas de cuidado que puedan garantizar su protección, considerando las particularidades de su entorno y de sus condiciones de vida. A partir de ello, seleccione y utilice la opción más viable, priorizando su protección y la de otros.
- d. Comparar y reflexione sobre sus experiencias y prácticas a la luz de las recomendaciones sanitarias y si es necesario tome decisiones ante las nuevas situaciones.
- e. Evaluar los beneficios para sí mismo y para los demás de sus decisiones, en términos del logro de la protección necesaria para prevenir el contagio, la tranquilidad que le produce estas decisiones y la coherencia de ésta con las recomendaciones de protección de bioseguridad.
- f. Tener presente y extremar medidas de cuidado en el caso que alguno de los miembros de la familia presente alguna comorbilidad asociada a mayor riesgo de enfermedad grave por Covid-19.
- g. Si usted identifica situaciones de riesgo para la transmisión del virus por COVID 19 o aglomeraciones, extienda las medidas de bioseguridad y evite el contacto con las demás personas.
- h. Generar condiciones que permitan materializar la prevalencia de los derechos de los niños, niñas y a adolescentes a partir de prácticas de cuidado y autocuidado.

3.3. Cuidado de la salud mental

- a. Antes de salir, atienda las emociones y pensamientos que le generan la idea de salir, planifique las actividades que realizará fuera de casa y la forma en que se movilizará, así como las medidas de protección que empleará.
- b. En el espacio público procure mantener una actitud positiva, concéntrese en realizar las actividades planeadas, preste atención constante a los posibles riesgos y al uso adecuado de sus elementos de protección.
- c. Mientras sea posible promueva espacios de interacción social de manera especial para niños, niñas y adolescentes bajo las medidas de bioseguridad definidas en este anexo.



- d. Cuando regrese a casa priorice los protocolos de higiene y desinfección, y tómese un tiempo para considerar el impacto emocional que le generaron las actividades en el espacio público y las medidas de protección.

Consulte las recomendaciones para el cuidado de la salud mental y la promoción de la convivencia en la flexibilización de la medida de aislamiento preventivo durante la pandemia por covid-19 en:

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ENT/final-cartilla-orientaciones-flexibilizacion-medidas-aislamiento240820.pdf>

3.4. Lavado e higiene de manos

3.4.1. Realizar lavado de manos con agua y jabón:

- Después de entrar en contacto con superficies que hayan podido ser contaminadas por otra persona (manijas, pasamanos, cerraduras, transporte)
- Cuando las manos están visiblemente sucias
- Antes y después de ir al baño
- Antes y después de comer
- Después de estornudar o toser
- Antes y después de usar tapabocas
- Antes de tocarse la cara, tocar o acariciar sus animales de compañía, recoger sus excretas, o realizar el manejo de sus alimentos.
- El lavado de manos debe durar mínimo 20 a 30 segundos.

3.4.2. La higiene de manos con alcohol glicerinado se debe realizar siempre y cuando las manos estén visiblemente limpias.

3.4.3. Lavar o higienizar las manos después de usar equipos biométricos o elementos para toma de huella dactilar debido al riesgo de la transmisión del virus en esas actividades.

3.4.4. Disponer de los insumos para realizar la higiene de manos, esto es, agua limpia, jabón y toallas de un solo uso (toallas desechables) para el secado de manos.

3.4.5. Disponer y utilizar alcohol glicerinado mínimo al 60% máximo 95%.

3.4.6. Disponer de alcohol glicerinado en lugares de acceso fácil y frecuente por parte de las personas usuarias y trabajadoras de cada sector.

3.4.7. Disponer en áreas comunes de puntos para el lavado frecuente de manos.

3.4.8. Instalar recordatorios de la técnica del lavado de manos en la zona en la cual se realiza esta actividad.

3.4.9. Limpiar y desinfectar con frecuencia los recipientes que dispensan el alcohol glicerinado.

3.5. Distanciamiento físico



Para todas las actividades de los diferentes sectores destinatarios de la presente resolución, el distanciamiento físico será de mínimo 1 metro, entre las personas que se encuentran en el lugar o entorno. Los grupos familiares, de acuerdo con la definición contenida en el numeral 3.8 del artículo 3 del Decreto 1374 de 2020, no les aplica esta regla de distanciamiento físico, pero deberán observarla con otros grupos o personas. Para lo anterior se requiere como mínimo:

- a. Reiterar la importancia de mantener el distanciamiento físico en todos los lugares en donde pueda tener encuentro con otras personas, pues constituye una de las mejores medidas para evitar la propagación.
- b. Evitar aglomeraciones en las diferentes áreas donde se desarrollan las actividades, definiendo estrategias que garanticen el distanciamiento físico y minimicen la acumulación de personas en un mismo lugar, tales como: horarios de atención, turnos de operación, sistemas de reservas.
- c. Informarse sobre las condiciones de uso, acceso y aforo de los distintos ambientes y establecimientos.

3.6. Uso de tapabocas

- 3.6.1. El uso del tapabocas es obligatorio en todos los lugares y ambientes.
- 3.6.2. En espacios cerrados tales como cines, teatros y medios de transporte masivos, se recomienda el uso de tapabocas quirúrgico.
- 3.6.3. El uso correcto del tapabocas, esto es, cubriendo nariz y boca, es fundamental para evitar el contagio; igualmente, es muy importante retirarse el tapabocas evitando el contacto con zonas contaminadas o dispersión del agente infeccioso.
- 3.6.4. En bares y restaurantes el tapabocas debe quitarse únicamente para comer y beber, el tiempo restante debe estar cubriendo boca y nariz.
- 3.6.5. Mantener en áreas visibles información relativa a las técnicas de uso y disposición de este EPP.
- 3.6.6. Se puede usar tapabocas de tela, siempre y cuando cumplan con las indicaciones definidas por este Ministerio en <https://www.minsalud.gov.co/Ministerio/Institucional/Procesos%20y%20procedimientos/GIPS18.pdf>
- 3.6.7. Recomendar a personas mayores y personas con comorbilidades usar tapabocas quirúrgicos.
- 3.6.8. Ajustar el tapabocas, si tiene elásticos, por detrás de las orejas; si es de tiras se debe atar por encima de las orejas en la parte de atrás de la cabeza y las tiras de abajo, por debajo de las orejas y por encima del cuello.
- 3.6.9. La colocación debe ser sobre la nariz y por debajo del mentón.



- a. La cara del tapabocas con color (impermeable) debe mantenerse como cara externa. Debido a su diseño, el filtrado no tiene las mismas características en un sentido y en otro, y su colocación errónea puede ser causante de una menor protección del trabajador.
- b. Sujetar las cintas o colocar las gomas de forma que quede firme.
- c. Si el tapabocas tiene banda flexible en uno de sus lados, este debe ir en la parte superior, moldee la banda sobre el tabique nasal.
- d. No tocar el tapabocas durante su uso. Si debiera hacerlo, lávese las manos antes y después de su manipulación.
- e. El tapabocas se puede usar durante 8 horas de manera continua, siempre y cuando no esté roto, sucio o húmedo, en cualquiera de esas condiciones debe retirarse, eliminarse y colocar uno nuevo.
- f. Cuando se retire el tapabocas, hágalo desde las cintas o elásticos, nunca toque la parte externa de la mascarilla.
- g. Una vez retirado, doblar el tapabocas con la cara externa hacia dentro y depositarlo en una bolsa de papel o basura.
- h. No reutilizar el tapabocas de un solo uso o desechable.
- i. El tapabocas se debe mantener en su empaque original si no se va a utilizar o en bolsas selladas, no se recomienda guardarlos sin empaque en el bolso, o bolsillos sin la protección porque se pueden contaminar, romper o dañar.
- j. Los tapabocas no se deben dejar sin protección encima de cualquier superficie, por ejemplo, mesas, repisas, escritorios equipos entre otros por el riesgo de contaminarse.

3.7. Ventilación.

- 3.7.1. Siempre que sea posible mantener puertas y ventanas abiertas para lograr intercambio de aire natural.
- 3.7.2. Todos los ambientes deben tener un alto flujo de aire natural, realizar las adaptaciones necesarias para garantizar una adecuada ventilación, y evitar que haya grupos de personas en lugares de baja ventilación.
- 3.7.3. Realizar la evaluación y adecuación de las condiciones de ventilación y aforo máximo de los lugares de manera que minimicen el riesgo de contagio.
- 3.7.4. Mantener los grupos de trabajo separados en tiempo y lugar, favoreciendo el distanciamiento físico entre trabajadores de distintas áreas.
- 3.7.5. Favorecer todas las actividades laborales y de bienestar que sean posibles en espacios abiertos y con distanciamiento físico
- 3.7.6. Propiciar, en lo posible, lugares de descanso al aire libre, tipo terrazas, patios abiertos o jardines.
- 3.7.7. Si el lugar de descanso es cerrado, mantener abiertas las puertas y ventanas
- 3.7.8. En los lugares cerrados se deben tener en cuenta las siguientes condiciones de ventilación y distanciamiento:





- a. En lugares cálidos, además de la ventilación natural con puertas y ventanas abiertas pueden usarse ventiladores sin recirculación de aire.
- b. En los entornos cerrados con aire acondicionado se debe revisar si existe recirculación de aire. La recirculación en el contexto actual puede favorecer el transporte de aerosoles con la presencia del virus. Los filtros de partículas y el equipo de desinfección en corrientes de aire recirculado pueden reducir este riesgo, pero no son eficaces para eliminar el riesgo de transmisión. En el caso de unidades centrales de tratamiento de aire a nivel de edificio o que prestan servicio a varias zonas, se debe evitar la recirculación y, si es posible, el sistema debe funcionar con un 100% de aire exterior. Las calificaciones de los filtros por métodos de prueba, como la Norma 52.2 de ASHRAE (ASHRAE, 2017) dan una indicación del rendimiento en función del tamaño de las partículas y deben utilizarse para elegir los filtros adecuados. Adicionalmente, se puede complementar la ventilación existente con purificadores de aire portátiles que incluyan sistemas de filtración mecánica para capturar las microgotículas en el aire.
- c. Garantizar la correcta circulación del aire, en caso de requerir sistema de ventilación artificial, se recomienda que el sistema trabaje en el modo de máxima renovación de aire y mínima recirculación y en lo posible garantice por lo menos 4 renovaciones del volumen ventilado cada hora. Además, que se inspeccione periódicamente, que los filtros utilizados se cambien de acuerdo con las recomendaciones del fabricante y los sistemas de conductos se limpian periódicamente.
- d. Tomar medidas para favorecer la circulación y recambio de aire en espacios cerrados o con escasa ventilación. Se recomienda un flujo mínimo de aire equivalente a 4 veces el volumen del espacio a ventilar cada hora.
- e. No se recomienda permanecer por largos periodos de tiempo en espacios cerrados sin adecuada ventilación.

3.8. Limpieza y desinfección

- 3.8.1. Desarrollar e implementar un protocolo de limpieza y desinfección en los lugares de trabajo, lo dispuesto para la atención al público, recibo de proveedores y demás áreas que se requieran para el desarrollo de las respectivas actividades, definiendo el procedimiento, la frecuencia, los insumos y el personal responsable, entre otros.
- 3.8.2. Realizar limpieza y desinfección de manera frecuente de pisos, paredes, puertas, ventanas, divisiones, muebles, sillas, ascensores, y todos aquellos elementos y espacios con los cuales las personas tienen contacto constante y directo.
- 3.8.3. No se recomienda el uso de tapetes desinfectantes, ni la desinfección de ruedas o zapatos para la reducción de la transmisión.
- 3.8.4. 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.





- 3.8.5. Disponer de paños y uso de desinfectante que permita limpiar o desinfectar las áreas de contacto, por ejemplo: el panel de control, de los equipos o elementos de uso general, esto es, botones de ascensor, manijas entre otros, entre cada persona que lo utiliza, o designar a una persona que se encargue de efectuar su manipulación.
- 3.8.6. Las áreas como pisos, baños, cocinas se deben lavar mínimo una vez al día con un detergente común, para luego desinfectar con productos 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, de acuerdo con lo recomendado por el fabricante, entre otros. Así mismo, se deben revisar las recomendaciones de cada fabricante para realizar el adecuado proceso de limpieza. El listado de desinfectantes puede ser consultado en el siguiente enlace: https://www.epa.gov/sites/production/files/2020-03/documents/sars-cov-2-list_03-03-2020.pdf
- 3.8.7. Realizar las actividades de seguimiento y monitoreo a través de registros e inspecciones.
- 3.8.8. Realizar capacitación al personal de aseo y limpieza en relación con el protocolo de limpieza y desinfección definido, de acuerdo con lo establecido en la presente resolución.
- 3.8.9. En caso de contratar empresas especializadas, estas deberán contar con concepto sanitario favorable expedido por las secretarías de salud o las entidades que hagan sus veces.
- 3.8.10. Los insumos empleados para realizar la actividad tales como escobas, traperos, trapos, esponjas, estropajos, baldes deben ser objeto de limpieza y desinfección constantes
- 3.8.11. Los insumos químicos empleados deberán ser utilizados de acuerdo con las especificaciones de dosis y naturaleza química del producto y contarán con su hoja de seguridad acorde con el Sistema Globalmente Armonizado -SGA.
- 3.8.12. Realizar la limpieza y desinfección de equipos biométricos después de cada uso, debido al riesgo de transmisión del virus en el uso de estos equipos.
- 3.8.13. La desinfección y limpieza de los establecimientos y espacios se realiza de la siguiente manera:
 - a. Tener un espacio disponible para los insumos de limpieza y desinfección
 - b. El personal que realiza el procedimiento de limpieza y desinfección debe utilizar los elementos de protección personal como mono gafas, guantes, delantal y tapabocas.
 - c. Realizar la limpieza de áreas y superficies retirando el polvo y la suciedad, con el fin de lograr una desinfección efectiva.
 - d. Los paños utilizados para realizar la limpieza y desinfección deben estar limpios.
 - e. 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.
 - f. Los productos de limpieza y desinfección deben ser aplicados siguiendo las instrucciones de las etiquetas.



- g. 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.
- h. 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).

3.8.14. Desinfectar los objetos personales como gafas, celulares, etc., de forma frecuente y no prestarlos.

3.8.15. Evitar el intercambio de elementos de trabajo y equipos de protección personal con otras personas. En caso de ser necesario compartirlos, realizar desinfección, previo a su uso.

3.9. Manejo de residuos.

- a. Identificar los residuos generados en el área de trabajo.
- b. Informar a los trabajadores las medidas para la correcta separación de residuos producto de la implementación de los protocolos de bioseguridad.
- c. Ubicar contenedores y bolsas suficientes para la separación de residuos.
- d. Los tapabocas y guantes deben ir separados en doble bolsa de color negra que no debe ser abierta por el personal que realiza el reciclaje de oficio. Además, deben estar separados de los residuos aprovechables tales como papel, cartón, vidrio, plástico y metal desocupados y secos, que van en bolsa blanca.
- e. Efectuar la recolección permanente de residuos y garantizar su almacenamiento.
- f. Realizar la limpieza y desinfección de los contenedores.
- g. Cumplir con la presentación de residuos al servicio de recolección externa de acuerdo con las frecuencias de recolección.
- h. Garantizar los elementos de protección al personal que realiza esta actividad.
- i. Realizar la limpieza y desinfección de los elementos de protección personal e insumos utilizados para el manejo de los residuos.
- j. Siempre que el personal a cargo de las labores de limpieza y desinfección termine sus labores, deberá incluir, al menos, el procedimiento de higiene de manos.

3.10. Comunicación del riesgo y cuidado de la salud

Teniendo en cuenta que el riesgo por la transmisión del virus COVID 19 se mantiene, a pesar que la vacunación ha mostrado efectividad para reducir mortalidad y la incidencia de casos graves, es necesario a través de la comunicación en salud, gestionar comportamientos protectores para influenciar decisiones del cuidado de la salud individual, familiar y comunitaria. Por lo cual, al interior de los sectores se requiere desarrollar un plan de comunicación que incluya:





- 3.10.1. Acciones de información, educación y comunicación para el desarrollo de todas las actividades que eviten el contagio, contenidas en esta resolución y las específicas según la actividad y la información sobre generalidades y directrices dadas por el Ministerio de Salud y Protección Social en relación con los síntomas y signos relacionados con COVID-19, en el territorio nacional, así como en el departamento o municipio.
- 3.10.2. Mecanismos de información a las personas de forma visible, legible, que sean oportunos, claros y concisos, a través de sus redes sociales, carteleras, afiches o cualquier otro medio de difusión, sobre las medidas de prevención y atención. Se deben utilizar medios de comunicación internos, mensajes por alto parlantes, protectores de pantalla de los computadores, aplicaciones digitales.
- 3.10.3. Estrategia de comunicación con mensajes accesibles para las personas con discapacidad sensorial (personas sordas o con discapacidad visual).
- 3.10.4. La difusión de los protocolos de prevención de contagio de COVID-19 en el entorno laboral y de atención de casos sospechosos de contagio, en articulación con las Entidades Promotoras de Salud- EPS y con la asesoría y asistencia técnica de las ARL.
- 3.10.5. Orientaciones para que las personas difundan en sus hogares, espacio público y demás entornos las medidas de autocuidado.

4. MEDIDAS ADICIONALES PARA LOS SECTORES Y ALGUNAS ACTIVIDADES ECONÓMICAS ESPECIFICAS

4.1. Uso de tapabocas en niñas, niños y adolescentes

- a. Las niñas y niños menores de 2 años no deben utilizar tapabocas de ningún tipo por el riesgo de asfixia y sofocación, ni deben usar protectores faciales tipo visores
- b. Evitar el uso de tapabocas en niñas, niños y adolescentes con alteración del estado de conciencia o cualquier discapacidad física o intelectual que le impida su adecuada manipulación, así mismo con ciertas patologías respiratorias crónicas que puedan verse afectadas por su uso.
- c. Reforzar pedagogía y orientaciones a las niñas y niños mayores de dos años para favorecer el uso seguro de los tapabocas en los servicios de educación inicial y establecimientos educativos.
- d. Los tapabocas deben tener un adecuado tamaño y ajuste, evitando dejar espacios entre el tapabocas y el rostro.
- e. El tapabocas debe ser retirado antes de dormir y por tanto no debe usarse mientras la persona está dormida.
- f. El tapabocas debe ser cambiado si se humedece con el sudor o con secreciones, o si está roto o visiblemente sucio.
- g. Las bufandas, gorros o pasamontañas no sustituyen el tapabocas.



- h. Evitar el uso de doble tapabocas en niñas y niños, por las características anatómicas de su vía aérea.
- i. Los tapabocas de un solo uso o desechables no deben lavarse ni reutilizarse.
- j. No se recomienda el uso de tapabocas con válvulas de exhalación o de materiales elásticos o enmallados.

4.2. Sector Deporte

Este incluye la práctica de actividad física, recreación y deporte en centros de entrenamiento y acondicionamiento físico, actividad física grupal dirigida musicalizada, vías activas saludables/ciclovías, deporte social comunitario, actividades recreativas a lo largo del curso de vida, deporte recreativo, profesional y de alto rendimiento.

4.2.1. Distanciamiento físico

- a. Garantizar al menos un área de 3 m²/usuario (1 metro de radio) en las zonas de actividad física, recreación y deporte.
- b. Las distancias sociales aerodinámicamente equivalentes que deben mantenerse cuando se realiza actividad física o deporte y se está en la "estela" de la persona, deben aumentarse si la velocidad aumenta de la siguiente manera: caminata ligera 1m, caminata rápida 2.5 m, carrera rápida 5 m, patinar 5 m, ciclismo rápido 10m.
- c. Priorizar la actividad física en espacios abiertos

4.2.2. Uso de tapabocas

- a. Usar tapabocas de manera obligatoria durante todo el tiempo de práctica de la actividad física, recreativa o deportiva dentro y fuera de las instalaciones, por parte de usuarios, deportistas, trabajadores y proveedores.
- b. Los deportistas profesionales y de alto rendimiento no harán uso de tapabocas cuando se encuentren en entrenamientos deportivos que hagan parte del calendario de su ciclo de entrenamiento, concentraciones y competencias.

4.2.3. Limpieza y desinfección de equipos

- a. No compartir los implementos utilizados para la práctica deportiva.
- b. Está prohibido escupir en los escenarios de práctica.

4.2.4. Vías activas y saludables (VAS) y ciclovías

- a. Las personas deben circular de manera constante, evitando permanecer en un solo lugar.
- b. Evaluar el consumo de alimentos en los puntos de venta de los mismos.



4.2.5. Evaluación de la condición de salud para la práctica deportiva convencional y paralímpica, de los deportistas profesionales y de alto rendimiento, entrenadores y personal de apoyo, excepto fútbol.

- a. Realizar pruebas RT-PCR en caso de que la persona presente sintomatología sugestiva de COVID-19 o tenga un nexo epidemiológico positivo.
- b. Los deportistas, entrenadores o miembros del personal de apoyo que hayan sido diagnosticados como portadores del coronavirus, previo al inicio de los entrenamientos deberán presentar una nueva prueba RT-PCR (-), pasar una revisión médica completa presencial y presentar un electrocardiograma sin alteraciones. De documentarse un caso de miocarditis el deportista solo podrá retomar entrenamientos cuando se descarte completamente la enfermedad por pruebas especializadas.

4.2.6. Evaluación de la condición de salud en concentraciones y competencias deportivas, excepto fútbol

- a. Realizar prueba RT-PCR o Prueba Antigénica a todos los citados, previa a la concentración, cuyo resultado debe ser negativo.
- b. El deportista deberá permanecer en aislamiento preventivo desde la toma de la muestra hasta el inicio de la concentración, responderá los cuestionarios de salud y será avalado por el área médica del Centro de Ciencias del Deporte para hacer parte de la concentración.
- c. Realizar seguimiento diario de síntomas probables de COVID-19 a todos los participantes de la concentración.
- d. Practicar la prueba RT, PCR o Prueba Antigénica a cualquier persona que presente síntomas relacionados con contagio de COVID-19 y aislarla de manera preventiva de resultar positiva (+) para COVID-19, la concentración deberá ser suspendida y los integrantes de esta continuarán en aislamiento preventivo en sus casas. Igualmente se reportará el caso por nexo epidemiológico a sus respectivas EPS, se continuará con el monitoreo diario de síntomas y se practicará nueva prueba de PCR o antigénica al concluir el período de aislamiento.

5. SECTOR LABORAL

5.1. Vigilancia de la salud de los trabajadores en el contexto del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo SG-SST.

- 5.1.1. Actualizar el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo, identificando e implementando las acciones correspondientes para la prevención del riesgo biológico por COVID-19 en el ambiente de trabajo.



- 5.1.2. Asegurar que se cumplan las disposiciones y recomendaciones de las autoridades de salud en relación a la prevención del contagio por COVID-19, previstas en el presente protocolo
- 5.1.3. Asegurar que se cumplan las disposiciones y recomendaciones de las autoridades de salud en relación a la prevención del contagio por COVID-19, previstas en el presente protocolo.
- 5.1.4. Establecer un sistema de verificación para el control en el momento de la notificación positiva.
- 5.1.5. Fomentar el autocuidado, especialmente el monitoreo de temperatura corporal y de síntomas respiratorios u otros signos relacionados por parte de los trabajadores.
- 5.1.6. Establecer el canal de información entre el empleador, la EPS, la ARL y el trabajador para que informe cualquier sospecha de síntoma o contacto estrecho con personas confirmadas con COVID-19 y manejarlo de manera confidencial.
- 5.1.7. Disponer de piezas comunicativas a los trabajadores, proveedores y clientes 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 inmediatamente tras usarlo. Abstenerse de tocarse la boca, la nariz y los ojos.
- 5.1.8. Difundir a los trabajadores la información relacionada con los síntomas de alarma.

5.2. Alternativas de organización laboral

- 5.2.1. Adoptar esquemas operativos que permitan disminuir el riesgo de contagio para los trabajadores y demás personas que presten sus servicios en los sectores económicos, sociales y del Estado.
- 5.2.2. Implementar jornadas flexibles o turnos de entrada y salida a lo largo del día y otras estrategias para evitar aglomeraciones de los trabajadores en el ingreso y salida, en los centros de trabajo.
- 5.2.3. Fomentar el uso de medios alternativos de transporte.
- 5.2.4. Coordinar con las Administradoras de Riesgos Laborales - ARL, la implementación de las medidas de bioseguridad y autocuidado.
- 5.2.5. El aislamiento de los empleados que sean sospechosos se hará desde el comienzo de síntomas, o desde que sean identificados como contactos estrechos hasta tener una prueba negativa, a menos que por criterio médico o de la autoridad sanitaria se considere necesario prolongar el aislamiento.
- 5.2.6. Los contactos estrechos de casos identificados dentro o fuera de la empresa, deberán poder aislarse tempranamente.
- 5.2.7. El empleador debe notificar a la ARL sobre los casos sospechosos y confirmados identificados en su empresa, así como exhortar a los empleados a hacerlo con su respectiva EAPB.
- 5.2.8. Cuando algún trabajador experimente síntomas respiratorios en casa, debe informar al empleador para que realice el aislamiento preventivo en casa. El trabajador debe informar a



la EAPB en las líneas de atención que esta disponga para que inicie el protocolo estipulado por el Ministerio de Salud y Protección Social, incluyendo la activación de PRASS.

6. MEDIDAS ADICIONALES PARA ESTABLECIMIENTOS Y LUGARES CON PISCINAS ABIERTAS AL PÚBLICO

En atención a que algunos escenarios deportivos cuentan con piscinas disponibles para la práctica de la natación en sus distintas modalidades, así como diferentes actividades deportivas acuáticas, se establecerán las siguientes medidas en ellos:

- 6.1.** Establecer horarios por grupos que permitan implementar las medidas establecidas en el presente protocolo, como el distanciamiento físico.
- 6.2.** Evitar aglomeraciones
- 6.3.** Limpiar diariamente cada uno de los elementos y equipos que hacen parte del sistema de tratamiento, esto es filtro, bombas, dosificadores, etc., limpieza, cepillado, aspirado de toda la superficie del estanque
- 6.4.** El proceso de control de agua en los estanques debe realizarse diariamente, pues esta puede ser contaminada con fluidos corporales (orina, saliva, moco, sudor, excremento), el agua contenida en el estanque debe contener un residual de desinfectante que normalmente puede ser cloro o bromo, el cual garantiza en conjunto con los valores aceptables de las demás características del agua para su uso seguro y debe cumplir con las características físicas químicas y microbiológicas que se describen a continuación:
 - 6.4.1.** Mantener control de pH entre 7,0 - 7,5
 - 6.4.2.** Cloro libre residual: 2.0 - 4.0 mgCL₂/L (ppm).
 - 6.4.3.** Cloro combinado: menor o igual a 0.2 mgCl₂ (ppm).
 - 6.4.4.** En caso de utilizar como desinfectante Bromo total: 2 - 5 mg/l.
 - 6.4.5.** En caso de utilizar Ácido Cianúrico en el proceso de mantenimiento: menor de 30 mg/L (ppm).
 - 6.4.6.** Potencial de Oxidación - Reducción (Ag/AgCl) mayor de +650 mv (in situ)
 - 6.4.7.** Color (visual): Aceptable
 - 6.4.8.** Material Flotante: Ausente
 - 6.4.9.** Olor (Olfativo): Aceptable
 - 6.4.10.** Transparencia (visual) Fondo visible
 - 6.4.11.** Temperatura Menor o igual a 40°C
 - 6.4.12.** Cuando el estanque de piscina esté en uso se deberán medir los niveles de pH y de cloro libre residual (o bromo total, Ácido Cianúrico), de ser necesario se deberá ajustar.
 - 6.4.13.** El tiempo de recirculación del volumen total del agua debe realizarse según las especificaciones y necesidades de la piscina



- 6.4.14. Si la medición de cloro libre residual resultara $< 0,5$ mg/l, se procederá a desalojar el estanque, no permitiéndose el baño hasta que se vuelva a obtener una concentración mínima de 0.5 mg/l (en caso de utilizar bromo: 2 mg/l).
- 6.4.15. Para piscinas climatizadas antes de volver a abrir el estanque, el agua será calentada de forma controlada, se aumentará la temperatura en no más de un grado centígrado cada cuatro horas para evitar el crecimiento bacteriano exponencial.

7. MEDIDAS PARA ADOPTAR EN EL ESPACIO PÚBLICO

La apertura de actividades sociales y económicas implica asumir de manera consciente una responsabilidad social y relacional, toda vez que el COVID-19 sigue presente y circulando en el medio; por eso depende de todos los cuidados y el estar atentos a prevenir cualquier riesgo de contagio. En este contexto, la decisión más importante a poner en práctica es mantenerse en aislamiento voluntario y respetar las normas de bioseguridad en el espacio público:

- 7.1. Una vez emplee medios de transporte público, vehículo particular, moto, bicicleta, patineta u otro, lávese las manos con agua y jabón, de no ser posible, utilice alcohol glicerinado o gel antibacterial.
- 7.2. Evite hablar con otras personas, por teléfono o cantar mientras usa el transporte público.
- 7.3. Al usar el mobiliario público como parques infantiles o gimnasios al aire libre y después de utilizarlos higienice las superficies con alcohol con una concentración mínima al 70% y lávese las manos con agua y jabón, de no ser posible, utilice alcohol glicerinado mínimo al 60%.
- 7.4. Usar tapabocas convencional de manera permanente cubriendo boca, nariz y mentón.
- 7.5. No desechar los tapabocas en los contenedores dispuestos en espacios públicos, en caso de ser necesario esparcirles alcohol, destruirlos y empacar en doble bolsa para que no se reutilicen.
- 7.6. Abstenerse de acercarse a sitios o lugares ubicados en el espacio público que presenten aglomeración de personas. Si se presentan aglomeraciones imprevistas retirarse o alejarse del sitio.
- 7.7. Mantener una actitud positiva en el espacio público, concentrarse en realizar las actividades planeadas, prestar atención constante a los posibles riesgos y al uso adecuado de sus elementos de protección personal.
- 7.8. Realizar reuniones con personas que convivan en la misma casa o habitación en lo posible al aire libre.
- 7.9. Evitar en el espacio público saludar de beso, abrazo o dar la mano a las personas que no pertenecen al grupo familiar que habita en la misma vivienda.
- 7.10. Extremar las medidas de cuidado de los niños menores de 2 años ya que ellos no deben usar tapabocas, recalcar no llevarse objetos a la boca ni tocarse los ojos, nariz o boca.

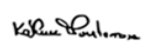


- 7.11. Evitar todo tipo de interacción con personas que no guarden las adecuadas medidas de protección.
- 7.12. Realizar actividades al aire libre: en parques, plazoletas, escenarios recreativos, malecones, playas, andenes peatonales, senderos, ciclovías, entre otros.
- 7.13. Los usuarios y consumidores de bienes y servicios en el espacio público como galerías, kioscos, toldos, vitrinas, casetas, plazas de mercado, plazas centrales o similares en el espacio público deberán usar los elementos de protección personal, realizar lavado de manos con agua y jabón, o de no ser posible hacer uso de alcohol glicerinado mínimo al 60% y mantener el distanciamiento físico,
- 7.14. Procurar no consumir alimentos en el mismo sitio de distribución con el fin de evitar aglomeraciones.
- 7.15. Evitar hablar con otras personas mientras consume bebidas y alimentos.

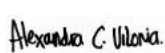

VIVIANA LONDONO MORENO
Directora – IDER


MARIA CAROLINA CARBALLO GUERRERO
Directora Administrativa y Financiera


OLGA LUCIA NIEVES OYOLA
P.E Talento Humano

Aprobó: **Katherine Monterrosa Novoa** 
Jefa Oficina Asesora Jurídica.

Revisó y Ajustó: **Maria Fernanda Charry Sampayo** 
Abogado Asesor OAJ

Apoyó: **Alexandra C. Viloria** 
Asesor Jurídico Externo OAJ

