

Protocolo para el desarrollo de entrenamientos y actividad física en comunidad en el marco de la pandemia de COVID-19

I. Perfil de la organización

La Fundación Grupo Internacional de Paz y Desarrollo- GIP, con N.I.T 900.285.449-0 (UNGM 453135) es una organización no gubernamental que busca fortalecer las capacidades de las personas y las comunidades para la construcción de paz en sociedades que han usado tradicionalmente la violencia como medio para tramitar sus conflictos. Durante 10 años de trabajo, se han beneficiado más 120 comunidades, con un trabajo directo en 13.000 niños, niñas y adolescentes, alrededor de 35.000 personas de su entorno protector y más de 100 escenarios deportivos mejorados, a partir de su *Estrategia 7P* de Deporte para la Paz implementada en 24 departamentos del país, en donde se incluyen zonas humanitarias, zonas de fronteras binacionales, comunidades indígenas, entre otros. A partir del año 2016 extendió su presencia a 6 territorios de México, y uno de Brasil, en la frontera con Colombia. Esto se ha logrado trabajando conjuntamente con personas y organizaciones de los territorios, organismos internacionales, Gobierno Nacional, universidades y sector privado, en propuestas que buscan incidir favorablemente en la construcción de paz y reconciliación desde el territorio y con los actores locales.

II. Alcance del protocolo

El presente documento contiene los lineamientos principales que orientan la actividad física con comunidades, en el marco de la pandemia del COVID-19, reconociendo el deber y la responsabilidad del Grupo Internacional de Paz de garantizar la bioseguridad a todos los participantes de los programas, así como a los colaboradores, y aliados que intervienen en las acciones

Los lineamientos establecidos en este documento tendrán un amplio alcance que deberá ser acatado por todos los colaboradores, empleados, contratistas, voluntarios, pasantes, miembros de la Junta Directiva y cualquier persona -sin importar su tipo de vinculación contractual, cargo o ubicación geográfica- que lidere o participe en actividades físicas implementadas por la organización, y especialmente en donde se establezca contacto con los niños, niñas y adolescentes.

Este documento complementa tanto la política de protección infantil (salvaguarda infantil) como el protocolo de seguridad de la organización, y por lo tanto hace parte integral de todos los contratos con colaboradores que suscribe el Grupo Internacional de Paz. La Dirección Administrativa de la organización es la responsable de socializar la Política y la Dirección de Operaciones es la responsable de garantizar su cumplimiento o sancionar su incumplimiento.

II. Alcance del protocolo

El siguiente protocolo fue desarrollado en el marco de las medidas sanitarias establecidas por el Gobierno Nacional y el Ministerios de Salud y toma como referencia procedimientos de actuación e implementación de medidas para la mitigación del riesgo en el regreso a las prácticas deportivas ante la pandemia del COVID-19 de :

- Organización Mundial de la Salud
- Agencia Española de Protección de la Salud en el Deporte (AEPSAD)
- FIFA
- World Baseball Softball Confederation

III. Objetivo

- Adaptar el desarrollo de los entrenamientos deportivos de acuerdo con las directrices de las autoridades sanitarias, de manera que se mitigue el riesgo de contagio del COVID-19 y se preserve la salud integral de los participantes de los programas de la organización.

IV. Procedimiento para la reapertura de la actividad física y el deporte

El reinicio de una actividad deportiva no puede llevarse a cabo de un modo brusco teniendo en cuenta el desentrenamiento que ha causado la emergencia sanitaria, podríamos generar lesiones musculares y articulares o por sobrecarga si no se respetan unas fases de preparación física previa al inicio de las actividades deportivas.

Por otra parte, debe tenerse en cuenta los riesgos de bioseguridad que no son solo los biológicos dados por el virus sino también los riesgos físicos y químicos; lo que nos lleva a pensar en un plan integral que nos permita protegernos del contagio del virus pero que a su vez proteja los derechos y la integridad física de cada participante.

Es por esto que hemos planteado unos momentos para la reapertura a las actividades deportivas que permitirán mitigar estos riesgos. Cada momento tiene unas especificaciones en cuanto a entrenamientos, medidas preventivas, escenarios y seguimiento al estado de salud de los participantes.

Momento 1. Entrenamiento en casa

Este momento no se consideró, toda vez que no se estaba trabajando con ningún grupo. La organización revisará las nuevas recomendaciones y determinará si será necesario usarlo dentro de un primer momento de aplicación con los procesos elegidos de la convocatoria 2020.

Momento 2. Alternación de grupos

Entrenamientos:

Se hará hincapié en entrenamientos individuales de preparación física y en entrenamientos técnicos por subgrupos. Los entrenamientos se harán en grupos reducidos de 10 participantes máximo y se establecerán turnos.

El formador y demás personas del equipo técnico llevarán siempre tapabocas, y guardarán una distancia mínima de 2 metros.

Los participantes no podrán compartir ningún material de uso común. Cualquier material utilizado para los ejercicios, tendrá que ser desinfectado tras cada uso, y custodiado bajo llave al acabar cada sesión de entrenamiento.

Medidas preventivas:

- Los participantes no compartirán bebidas, alimentos, u otros productos, incluidos los sanitarios o de primeros auxilios, necesarios para el entrenamiento.
- La persona designada por la comunidad como responsable de bioseguridad, verificará el cumplimiento general de este protocolo en los entrenamientos que se lleven a cabo en los escenarios deportivos, o en el futuro donde se desarrollen los torneos (mientras dure la Emergencia Sanitaria).

Lugares de entrenamiento:

- Los lugares de entrenamiento deberán dotarse de puntos de control de acceso especial, provistos de material de desinfección (Revisar fuente EPA).
- En los lugares de entrenamiento se permitirá un aforo máximo del 30%, del que es habitual. Para ello se establecerá una alternancia de grupos con limpieza y desinfección entre turno y turno.
- Los participantes deben acudir a la opción de movilidad que mejor garantice la distancia interpersonal de aproximadamente 2 metros, y usar el tapabocas. En el caso de que el participante sea menor de edad, éste podrá ir acompañado por un adulto, pero siempre manteniendo las distancias de seguridad y las medidas de protección e higiene.

- En los lugares de entrenamiento se respetará la distancia social de seguridad. Para ello se establecerán los trabajos en subgrupos.
- Se deberá hacer un control estricto del acceso al escenario, permitiendo el ingreso a los participantes debidamente autorizados, para poder controlar el aforo determinado.
- Durante el desarrollo de la actividad se guardarán en todo momento las medidas preventivas indicadas por el Ministerio de Salud y la OMS. Los entrenadores establecerán los horarios necesarios para garantizar que los participantes guarden las distancias previstas y se priorizará el uso de espacios al aire libre.
- En el escenario deportivo habrá información clara y concisa de pautas de aseo y normas de comportamiento, mediante cartelería y señalética, para minimizar el riesgo de contagio, distribuidas por todo el escenario y las zonas de más afluencia.

Seguimiento de estado de salud:

- Al inicio de este momento se deberá hacer una encuesta a cada participante. Los responsables de aplicar esta encuesta harán un especial seguimiento de lo ocurrido en la salud del participante en general a lo largo del año 2020, orientándolo particularmente hacia la identificación de signos, síntomas, efectos o secuelas del virus COVID-19.

- Según la sintomatología del participante se le recomendará si debe realizarse la prueba del COVID-19. En caso de niños, niñas o adolescentes vulnerables, deberá extremarse la vigilancia ante la aparición de síntomas y las medidas de prevención.

En caso de detección de un positivo por COVID-19 (participantes, formadores, coordinadores o miembros de la organización), se deberán seguir las siguientes pautas:

- Aislar inmediatamente al positivo.
- Realizar prueba de COVID-19 a las personas con las que hubiese podido tener un contacto, quedando estos aislados hasta la obtención de los resultados.
- Proceder a la limpieza y desinfección de las instalaciones.
- Los participantes que den positivo en la prueba del COVID-19, aún asintomáticos, no podrán retornar a su práctica deportiva hasta ser negativos a dicha prueba.

Momento 3. Integración de todo el grupo

Con carácter general se tomarán como base las medidas preventivas establecidas en el momento 2, aunque con las siguientes particularidades:

- En este momento se intensificarán los entrenamientos.
- Los momentos previos a este deberán sumar un mínimo de tres a cuatro semanas, periodo distribuido por la Coordinación deportiva, en función de cada deporte, especialidad y características de los participantes.

Momento 4. Regreso de los torneos

- Este momento llegará cuando el gobierno y las autoridades sanitarias lo decidan. Ahora es difícil concretar medidas específicas.
- En los torneos se aplicarán las directrices obligatorias sobre medidas sanitarias y de seguridad dadas por el Gobierno, OMS y Ministerio de Salud, a todo el personal y material implicado, incluido los medios de transporte.
- En cualquier zona de trabajo o preparación de los participantes o sus equipos, se delimitarán y señalarán los espacios de separación.

- Se deberán seguir las directrices dadas en ese momento por las Autoridades sanitarias en cuanto a medidas preventivas (uso de tapabocas, y demás elementos de bioseguridad), pero se seguirá cuidando la higiene y desinfección en general, especialmente en vestuarios y similares.

La organización, una vez reanudada este momento, deberá dotarse de los mecanismos necesarios para garantizar la integridad durante el desarrollo del torneo.

V. Disposiciones

Para la aplicación de este protocolo la comunidad deberá designar a las siguientes personas:

- Un responsable de bioseguridad que se hará cargo de socializar e implementar el protocolo con la comunidad.
- Un responsable de imprimir y aplicar las encuestas de control y seguimiento de estado de salud de los participantes.
- Conjuntamente diseñar una zona de desinfección para el ingreso al escenario deportivo.

VI. Etapas del protocolo

- Seguimiento y control de salud a todos los niños, niñas, jóvenes, formadores y coordinadores.
- Desinfección de los escenarios deportivos antes y durante de los entrenamientos.
- Cuidados desde la casa al entrenamiento.
- Cuidados al llegar al lugar del entrenamiento.
- Cuidados durante el entrenamiento.
- Cuidados finalizado el entrenamiento.
- Cuidados desde el entrenamiento a la casa.
- Desinfección de los escenarios deportivos posterior a los entrenamientos.

VI. Etapas del protocolo

- Cuidados desde la casa al entrenamiento.
- Cuidados al llegar al lugar del entrenamiento.
- Cuidados durante el entrenamiento.
- Cuidados finalizado el entrenamiento.
- Cuidados desde el entrenamiento a la casa.
- Desinfección de los escenarios deportivos posterior a los entrenamientos.

VII. Etapas

Desde la casa al entrenamiento

1. Antes de salir lávate bien las manos con jabón.
2. Lleva tus propios elementos como termo con agua, toalla, entre otros.
3. Dirígete desde tu casa directamente al lugar de entrenamiento.
4. Debes llegar hasta el lugar sin acompañantes, en caso de que seas menor de edad puedes estar acompañado de un adulto responsable.
5. Lleva solo lo indispensable para el entrenamiento.



Al llegar al lugar de entrenamiento

1. Usa tu mano no dominante para tocar ciertos objetos o superficies.
2. Debes diligenciar la encuesta de seguimiento y control que el entrenador o un miembro de la comunidad realizarán.
3. Usa el tapabocas GIP te entregará para tu uso diario y en el entrenamiento.
4. Debes pasar por la zona de desinfección que la comunidad y el entrenador designen, antes de ingresar al escenario deportivo.
5. No debes tocarte el rostro.



Durante el entrenamiento

1. Siempre entrenaremos al aire libre.
2. Solo podrán asistir por grupos de 10 participantes máximo. Comprometidos a cumplir con el protocolo.
3. Usaremos el tapabocas durante todo el entrenamiento.
4. Respetaremos la distancia con nuestros compañeros de 2 metros mínimo.



PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD

PARA EL DESARROLLO DE ENTRENAMIENTOS Y ACTIVIDAD FÍSICA EN COMUNIDAD

MARCO DE LA PANDEMIA DE COVID-19



Siempre entrenaremos al aire libre.



Solo podrán asistir por grupos de 10 participantes máximo. Comprometidos a cumplir con el protocolo.



Usaremos el tapabocas durante todo el entrenamiento.



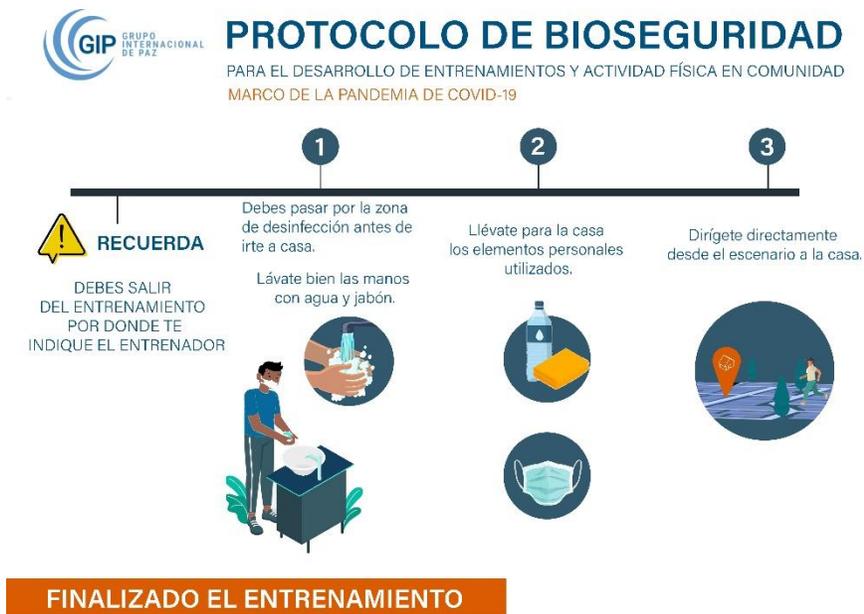
Respetaremos la distancia con nuestros compañeros de 2 metros mínimo.



DURANTE EL ENTRENAMIENTO

Finalizado el entrenamiento

1. Debes salir por donde te indique el entrenador. .
2. Debes pasar por la zona de desinfección antes de irte a casa.
3. Lávate bien las manos con agua y jabón.
4. Llévate para la casa los elementos personales utilizados.
5. Dirígete directamente desde el escenario a la casa.



Del entrenamiento a la casa

1. Dirígete a casa sin entrar a otro lugar y sin tener contacto con otras personas.
2. Al llegar a casa, debes retirarte el calzado y dejarlos en la entrada para que después los desinfectes con agua y jabón.
3. Debes retirar toda la ropa y llevarla a la zona de lavado en tu casa.
4. Báñate inmediatamente con agua y jabón.
5. No toques nada, ni a nadie sin haberte bañado.



Limpieza y desinfección del escenario y los elementos de entrenamiento

El entrenador(a) junto con sus vecinos y vecinas, limpiarán y desinfectarán todos los elementos de uso común y los espacios utilizados en el entrenamiento, cumpliendo con los protocolos de higiene y salubridad. Será una actividad de cooperación y corresponsabilidad comunitaria.



PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD

PARA EL DESARROLLO DE ENTRENAMIENTOS Y ACTIVIDAD FÍSICA EN COMUNIDAD

MARCO DE LA PANDEMIA DE COVID-19

SERÁ UNA ACTIVIDAD DE COOPERACIÓN Y CORRESPONSABILIDAD COMUNITARIA.



El entrenador(a) junto con sus vecinos y vecinas, limpiarán y desinfectarán todos los elementos de uso común y los espacios utilizados en el entrenamiento, cumpliendo con los protocolos de higiene y salubridad.

LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DEL ESCENARIO Y LOS ELEMENTOS DE ENTRENAMIENTO

¿Qué es la zona de desinfección?

La zona de desinfección es un área destinada para realizar el control antes del ingreso al escenario, en donde se verificará que el participante porte su tapabocas, realice el correcto lavado de manos y desinfección del calzado.



PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD

PARA EL DESARROLLO DE ENTRENAMIENTOS Y ACTIVIDAD FÍSICA EN COMUNIDAD

MARCO DE LA PANDEMIA DE COVID-19

La zona de desinfección es un área destinada para realizar el control antes y después del ingreso al escenario, en donde se verificará que el participante porte su tapabocas, realice el correcto lavado de manos y desinfección del calzado.



PASOS PARA EL USO ADECUADO DEL TAPABOCAS



Lava tus manos antes de usar el tapabocas



Revisa poner el tapabocas por el lado correcto



Asegura el tapabocas detrás de tus orejas



Cubre correctamente la nariz



Estira el tapabocas para que se adapte correctamente



No toques el tapabocas mientras lo utilizas



Retíralo desde las orejas evitando el contacto



Desechalo si es desechable o lávalo si es reutilizable

ZONA DE DESINFECCIÓN

Elaborado por: Cristina Grajales – Coordinadora de Deportes

Graficado por: Melissa Mesa - Comunicadora

