



PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD: BILLAR

LIGA DE BILLAR DE BOGOTA

COMITÉ EJECUTIVO

COMISIÓN TÉCNICA DE LA LIGA DE BILLAR

GRUPO DE TRABAJO ENTRENADORES Y MONITORES DE LA LIGA

**LAS RESOLUCIONES QUE RIGEN ESTE DOCUMENTO SON LA 666 DEL 24 DE ABRIL DE 2020
Y LA 1840 DEL 14 DE OCTUBRE DE 2020.**

Bogotá, D.C. octubre 2020

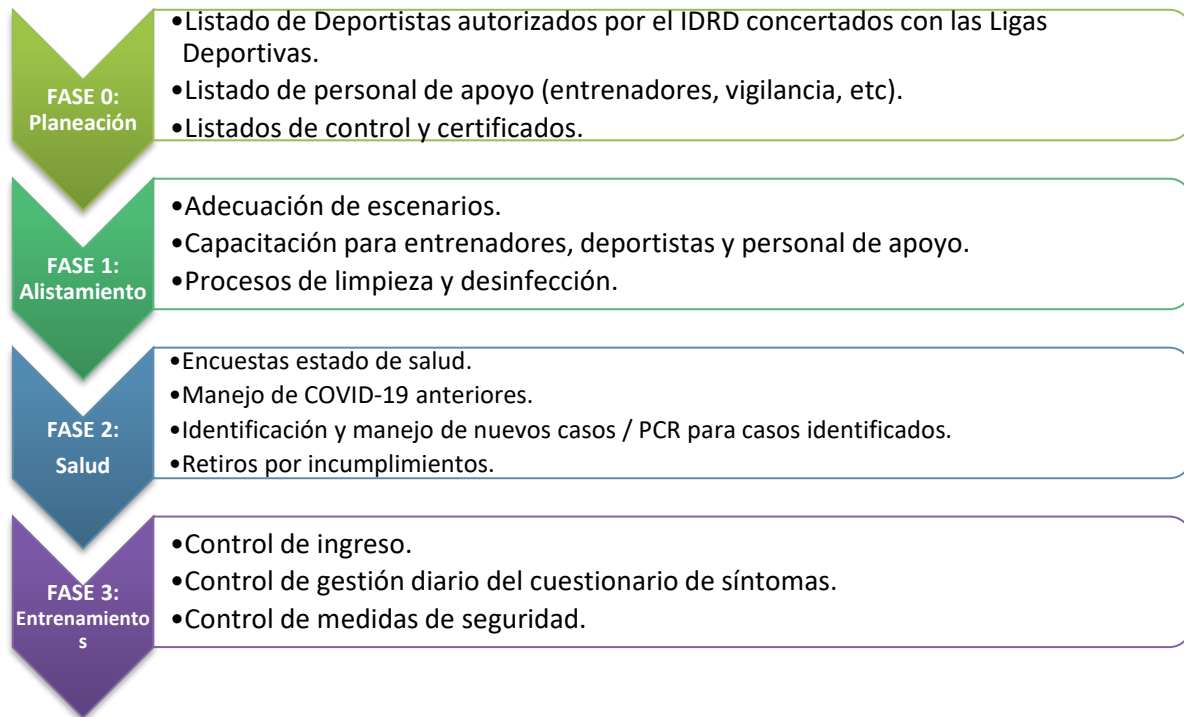


TABLA DE CONTENIDO

1	Fases de retorno deportivo:	3
2	Proceso regulatorio:	4
	4
3	Modalidad: TRES BANDAS - POOL	4
4	Características Específicas del Escenario para la Práctica Deportiva	4
5	BIOSEGURIDAD.....	5
6	PROCEDIMIENTO PARA IDENTIFICAR – PREVENIR Y MANEJAR POSIBLES CASOS DE COVID-19	6



1 Fases de retorno deportivo:



Fuente. Resolución 1840 de 14 de octubre de 2020.

La progresividad de procesos y actividades dentro de cada fase contempla las siguientes condiciones generales:

Evaluación de cada fase y autorización de paso a nueva fase solo mediante aprobación de la anterior.

Articulación con autoridades de salud territoriales para aprobación de los planes específicos y articulación de acciones regionales.

Control de salud permanente al deportista, entrenador y equipo de apoyo.

Autorresponsabilidad y autocuidado de deportistas, personal técnico y de apoyo.

Garantizar adecuada preparación, control y seguimiento especializado para prevenir lesiones.

Monitoreo clínico como estrategia de control y seguimiento.

Articulación con las EPS ante cualquier evidencia de enfermedad.

Suspensión de actividades ante la aparición de algún caso dentro el equipo o el personal de apoyo.

Optimización de pruebas al margen de seguridad para equipos, no sobreutilización de pruebas necesarias para diagnóstico de la pandemia y teniendo en cuenta lo descrito en el documento: “Lineamientos para el uso de pruebas diagnósticas SARS-CoV-2 (COVID-19) en Colombia”, emitido desde el Ministerio de Salud



2 Proceso regulatorio:



3 Modalidad: TRES BANDAS - POOL

MODALIDAD:	INDIVIDUAL
ENTRENADOR:	ELEAZAR RAMIREZ
ESCENARIO:	UNIDAD DEPORTIVA EL SALITRE COLISEO DE BILLAR -

4 Características Específicas del Escenario para la Práctica Deportiva

El escenario donde se desarrollan los entrenamientos corresponde al Instituto de Recreación y Deporte de la ciudad de Bogotá, por lo cual el protocolo de bioseguridad de la Liga de Billar de Bogotá se acoge a los lineamientos que este disponga adicionalmente como medida de Bioseguridad.



5 BIOSEGURIDAD

Las medidas generales de bioseguridad son las indicadas en la Resolución 666 de 2020 “*por medio de la cual se adopta el protocolo general de bioseguridad para mitigar controlar y realizar el adecuado manejo de la pandemia del coronavirus COVID-19*”

Lavado de manos:

- Lavar las manos antes y después de realizar la práctica deportiva, por lo menos 6 veces al día y cuando las manos estén contaminadas con secreción respiratoria, después de toser o estornudar, antes y después de ir al baño o cuando estén visiblemente sucias.
- Utilizar alcohol glicerinado mínimo al 60% siempre y cuando las manos estén visiblemente limpias.
- Contar con recordatorios de la técnica de lavado de manos en las zonas destinadas para esto.

Distanciamiento físico:

- Permanecer en todo momento al menos a dos (2) metros de distancia de otras personas, incluso en situación de reposo y mínimo a cinco (5) metros entre personas en movimiento.
- Evitar las reuniones en grupos: En caso de que se requieran deben ser programadas de manera virtual. En caso de no ser posible, el aforo presencial no debe superar las 50 personas, manteniendo la distancia mínima de dos metros entre ellas.
- Controlar el aforo del personal autorizado en el escenario deportivo.
- Utilizar las ayudas tecnológicas con el objetivo de evitar las aglomeraciones en el lugar de entrenamiento.
- Establecer horarios de entrenamientos que tengan en cuenta el aforo correspondiente según el lugar y el distanciamiento requerido.
- Mantener constante monitoreo por parte de los responsables.

Elementos de protección personal:

- Se recomienda portar un kit de autocuidado, hidratación personal, toalla limpia, bloqueador, gel antibacterial con más del 60% de concentración de alcohol y tapabocas de repuesto.



- Los elementos personales deben colocarse dentro del espacio dispuesto para cada deportista.
- Usar de manera permanente el tapabocas cubriendo nariz, boca y mentón.
- Guardar el tapabocas en su empaque mientras se consumen bebidas. En ningún caso debe ponerse en contacto con superficies o personas.
- Cambiar el tapabocas en caso de que resulte contaminado, húmedo, sucio o roto.
- Lavar las manos antes de retirar o poner el tapabocas y manipularlo únicamente de los elásticos.
- Cada deportista deberá contar con sus respectivos elementos de entrenamiento los cuales serán personales e intransferibles: bolas, taco, guantes, etc., del mismo modo, deberá cumplir con las indicaciones, protocolo de asepsia y desinfección de los elementos utilizados.
- Los deportistas son los únicos responsables de la manipulación de sus objetos personales, tales como uniformes de presentación, de competencia e implementación deportiva, durante su ingreso y salida de los escenarios deportivos.
- No compartir los elementos para la práctica.
- Lavar y desinfectar la indumentaria, elementos e implementación utilizada al llegar a su lugar de residencia.

Limpieza y desinfección:

- Las bases de las mesas, el paño y los elementos que se utilicen en la práctica deberán desinfectados antes y después de la práctica, teniendo en cuenta las recomendaciones dadas por el Ministerio de Salud.
- Se incrementará la frecuencia de la limpieza tanto de los elementos como del área de practica (paredes, ventanas, sillas y cualquier elemento con el cual se haya tenido contacto directo).
- Realizar la limpieza de calzado deportivo, y los implementos utilizados para el desplazamiento a los escenarios deportivos y regreso a casa.

6 PROCEDIMIENTO PARA IDENTIFICAR – PREVENIR Y MANEJAR POSIBLES CASOS DE COVID-19

Definiciones:

Caso sospechoso: se considera caso sospechoso aquel que cumpla con los siguientes criterios:

- Personas con signos y síntomas relacionados al coronavirus (presencia de tos, fiebre, cefalea, dolor de garganta, malestar general, dificultad para respirar, secreciones nasales o diarrea).



- Quienes en algún caso hayan tenido contacto con casos confirmados en los 14 días previos al inicio de entrenamientos
- Personas que cuenten con antecedentes de viaje en los últimos 14 días.

Casos confirmados: Se considera caso confirmado la persona que realizó la prueba con la confirmación de un laboratorio de la prueba de coronavirus (COVID-19) independientemente de los signos y síntomas.

Procedimiento:

- Diariamente la persona encargada que portará tapabocas, guantes y/o careta, evaluará los síntomas o posibles riesgos de contagio incluyendo presencia de tos, fiebre, cefalea, dolor de garganta, malestar general, dificultad para respirar, secreciones nasales o diarrea y se podrá consignar en el **Formato Encuesta Declaración de Salud**.
- Se dispondrá de un área de atención de salud (Zona de salud) para el manejo de casos sospechosos o positivos de COVID-19, con un canal de comunicación directa entre el deportista, el entrenador y/o el administrador para apoyo o manejo del caso. Si se determina algún caso sospechoso esta persona se deberá quedar en la zona de cuidado de la salud.
- Las personas con síntomas asociados a COVID-19 (tos, estornudos, dolor de garganta, u otros síntomas o en contacto con otras personas con estos síntomas, deberán cumplir con las medidas de aislamiento, sin que puedan realizar la actividad deportiva.
- No asistir con acompañante, en caso de ser necesario deberá acatar los protocolos de bioseguridad.
- Está prohibido escupir.
- Se realizarán encuestas de seguimiento epidemiológico y de salud para garantizar que los deportistas, entrenadores y personal de apoyo se encuentre en perfecto estado.
- Los deportistas, entrenadores y personal de apoyo que hayan sido diagnosticados como portadores del coronavirus, previo al inicio de los entrenamientos deberán presentar una prueba RT-PCR (-) o pruebas de detección de antígenos, 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.
- Aislar inmediatamente al deportista, entrenador o personal de apoyo que, al reiniciar los entrenamientos, presente un resultado positivo y a su nex



epidemiológico, los cuales quedaran aislados obligatoriamente durante 14 días en cumplimiento de las medidas determinadas por el Ministerios de Salud para los casos confirmados por COVID-19.

- Realizar nuevas pruebas RT-PCR en caso de que la persona presente sintomatología sugestiva de COVID-19 o tenga un nexo epidemiológico positivo.
- Retirar a las personas que no cumplan con el protocolo, las cuales no podrán ser parte de cualquier actividad de entrenamiento o de un posterior regreso a competencia oficial.

Entrenadores:

- Deben conocer de primera mano el protocolo a desarrollar, no solo durante la sesión sino en el manejo de situaciones que puedan presentarse que se pueden presentar antes y después de la práctica deportiva.
- Permitir que entre cada sesión por quince (15) minutos se ventile y desinfecte el escenario deportivo.
- Utilizar tapabocas antes, durante y después de la práctica deportiva.
- Suspender el desarrollo de las sesiones de entrenamiento por incumplimiento en el protocolo de bioseguridad.
- Prohibir el ingreso de practicantes que no cuenten con los elementos de protección personal.
- Organizar el ingreso y salida individualmente respetando el distanciamiento físico.

Difundir entre los deportistas, entrenadores y personal de apoyo las siguientes recomendaciones:

Al salir de la vivienda

- Estar atento a las indicaciones de la autoridad local sobre restricciones a la movilidad y acceso a lugares públicos.
- Visitar solamente aquellos lugares estrictamente necesarios y evitar conglomeraciones 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 o si alguno presenta cuadro respiratorio.
- No saludar con besos, ni abrazos, ni dar la mano.
- Utilizar tapabocas en el transporte público, supermercados, bancos, y demás sitios.



- En casa debe usar tapabocas en caso de presentar síntomas respiratorios o si convive con personas que perteneces al grupo de riesgo de transmisión.

Antes de la práctica:

- Se deberá contar con el listado de deportistas y personal de apoyo que estarán en los entrenamientos y deberá actualizarse las veces que sean necesarias. Deberá contarse con una persona encargada de:
 - Vigilar que las medidas previstas en el protocolo y los procedimientos sean cumplidos.
 - Transmitir las medidas de bioseguridad adoptadas, junto con el equipo médico a cada uno de los deportistas, entrenadores y personal de apoyo involucrados (incluyendo padres de familia o representantes legales de deportistas menores de 18 años).
 - Entregar las listas de control y certificados requeridos.
 - El listado de los deportistas debe contar con el respectivo consentimiento informado, en el caso de menores de 18 años deberá estar firmado por sus padres y representante legal, donde se comprometen a acatar las medidas adoptadas en el protocolo y la resolución 1840 de 2020.
- Se recomienda realizar los traslados de lugar de residencia – escenario de entrenamiento – lugar de residencia por medio de transporte propio (bicicleta, moto, automóvil o a pie) con el objetivo de evitar la utilización del transporte público y la interacción con terceros.
- Se realizarán entrenamientos a la cantidad de deportistas posibles según la disponibilidad del escenario.
- Se realizarán capacitaciones virtuales de carácter obligatorio a todas las personas que se involucren en el inicio de la práctica deportiva. Sin tener dicha capacitación no podrá empezar sus entrenamientos.
- Debe diligenciarse el cuestionario de síntomas antes de salir de casa en cada sesión de entrenamiento que se programe (entrenadores, deportistas, personal de apoyo).

Durante la práctica:

- Se prohíbe el ingreso a los escenarios de personal distinto al que se encuentre incluido en los listados de deportistas, entrenadores y personal de apoyo, salvo el acompañante de los menores de edad y deportistas de discapacidad que lo requieran.



- Se recomienda excluir a deportistas, entrenadores o personal de apoyo que presente cuadro de hipertensión arterial, diabetes, deficiencias respiratorias o problemas cardiovasculares.
- El deportista que no haya diligenciado el formato diario de síntomas antes de llegar a la práctica deportiva, no podrá ingresar.
- Usar de manera permanente el tapabocas cubriendo nariz, boca y mentón.

Al regresar a la vivienda

- Retirar los zapatos a la entrada y lavar la suela con agua y jabón.
- Lavar las manos de acuerdo con los protocolos del Ministerio de Salud y Protección Social.
- 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 o a mano con agua caliente que no queme las manos y jabón y secar por completo. No reutilizar ropa sin antes lavarla. No sacudir las prendas de ropa antes de lavarlas para minimizar el riesgo de dispersión de virus a través del aire. Dejar que se sequen completamente
- Bañarse con abundante agua y jabón.
- 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.

Tipos y condiciones de la actividad (Recomendaciones pedagógicas):

CRONOGRAMA SEMANAL	Lugar y frecuencia: - Se realizarán sesiones presenciales hasta 6 veces por semana en las instalaciones dispuestas por el Instituto Distrital de Recreación y Deporte.
	Horarios:



	<p>- Los horarios para la práctica serán los acordados con los entrenadores con aviso a la administración del escenario.</p> <p>- Se recomienda que el tiempo para la fase central no sea mayor a una hora y media.</p>
<p>DEPORTISTAS Y ESCENARIOS</p>	<p>Usuarios:</p> <p>- Podrán participar deportistas según la edad y categoría aprobados a nivel nacional/ distrital, por la liga y el entrenador asignado por el IDRD en la modalidad de sencillos.</p> <p>Limitaciones de Escenario y Distanciamiento:</p> <p>- Se utilizará la cantidad total de mesas en el escenario, mientras se pueda mantener el distanciamiento entre deportistas. (Ejemplo: en la UDS se redistribuirán las mesas de la manera que la distancia entre cada una sea mayor).</p> <p>- El distanciamiento recomendado será acorde a las directrices nacionales y distritales. Para el presente deporte se propone un distanciamiento de mínimo 3 metros en los desplazamientos de ingreso-salida del escenario y durante toda la sesión de entrenamiento.</p>

- La práctica permitida será la modalidad individual.
- Los deportistas seleccionados para iniciar sus entrenamientos deben conocer los lineamientos y protocolos nacionales y distritales con anterioridad.
- Se recomienda que cada deportista cuente con un juego de bolas para la sesión de entrenamiento. Este juego de bolas en caso de no ser propio del deportista, será asignado por el entrenador quién será el responsable de la supervisión de la implementación.
- Se mantendrá una supervisión continua por parte del entrenador. El entrenador es la persona responsable de asignar a cada deportista la mesa de práctica y esto lo realizará antes de ingresar, luego de iniciada la sesión no habrá posibilidad de cambios.
- El entrenador es la única persona autorizada para desplazarse en dirección a las diferentes mesas y lo realizará con el distanciamiento recomendado y los elementos de protección todo el tiempo.



- En caso que una bola salga fuera de la mesa si se encuentra dentro de los límites de distanciamiento será el mismo deportista quién la recoja. En caso dado de ser una distancia amplia, el entrenador será la persona encargada de recogerla y desinfectarla antes de regresarla a la mesa.
- El entrenador podrá dirigir la sesión teniendo en cuenta las recomendaciones de reintegro a entrenamientos con ejercicios como:

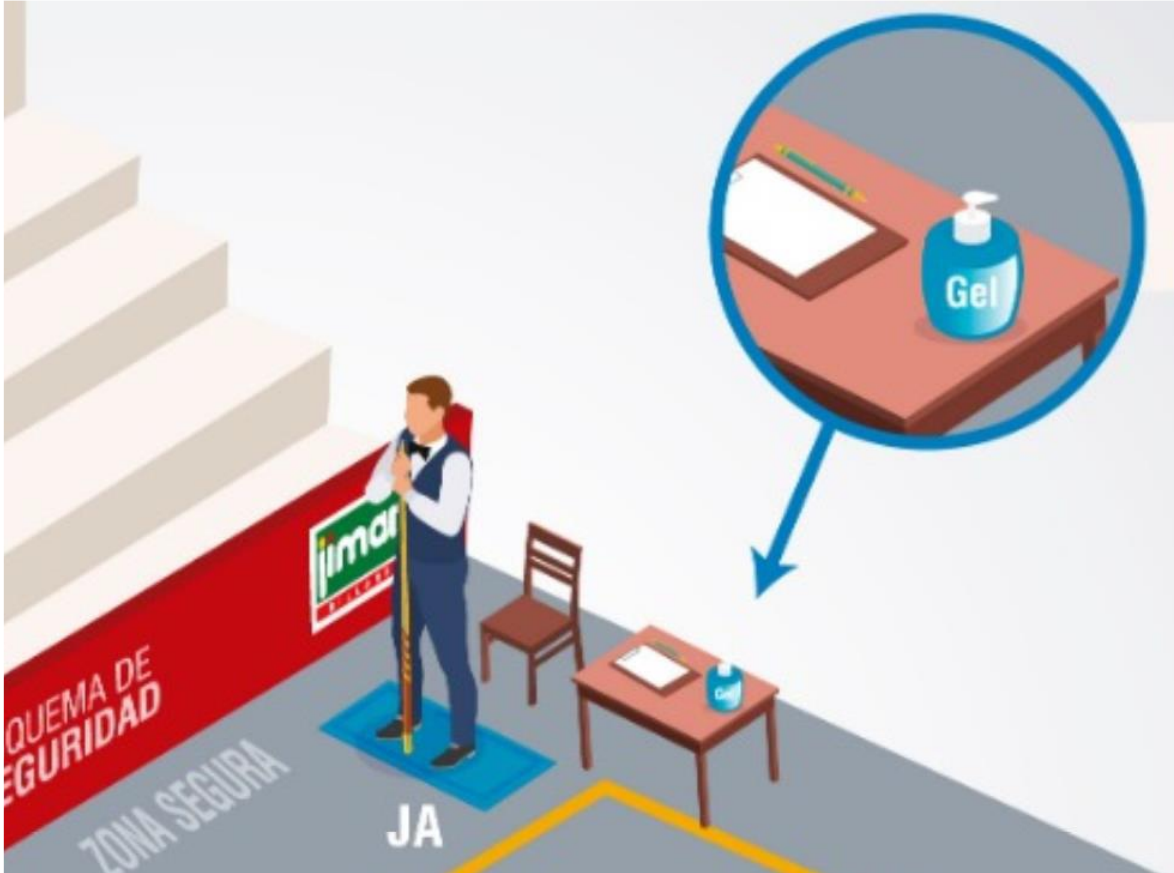
- ① Calentamiento general: Movilidad articular de acuerdo a los trabajos realizados con la asesoría del preparador físico.
- ② Calentamiento específico: golpes a la bola – medir distancias, velocidad, fuerza.
- ③ Trabajo técnico: sistemas de juego.
- ④ Fase final: estiramientos, retroalimentación, desinfección implementación.

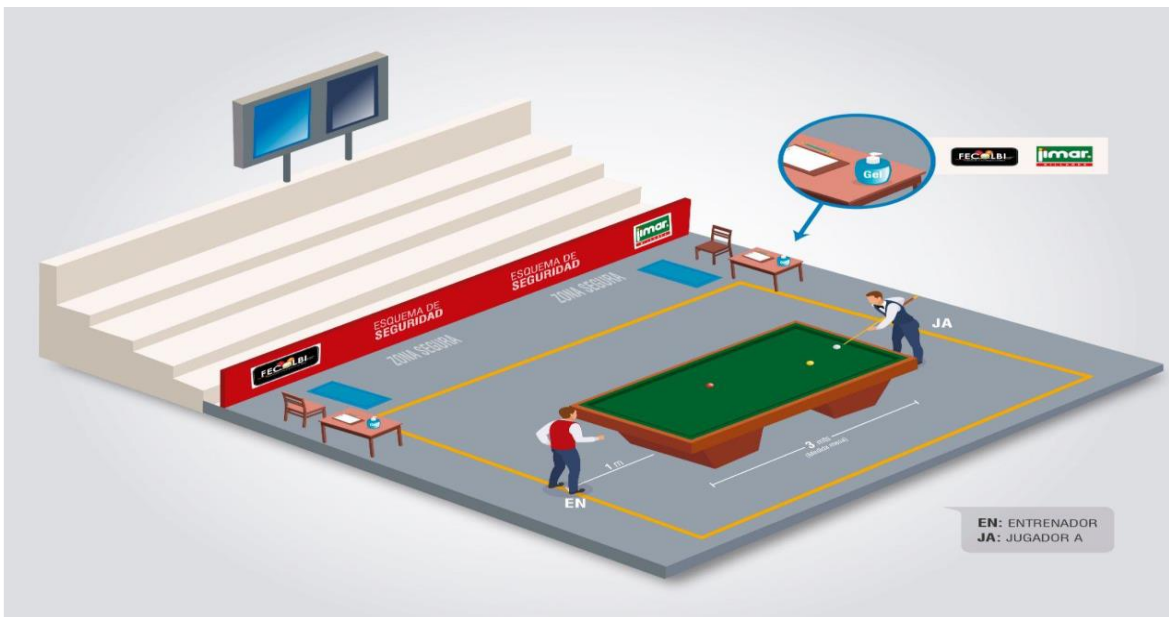
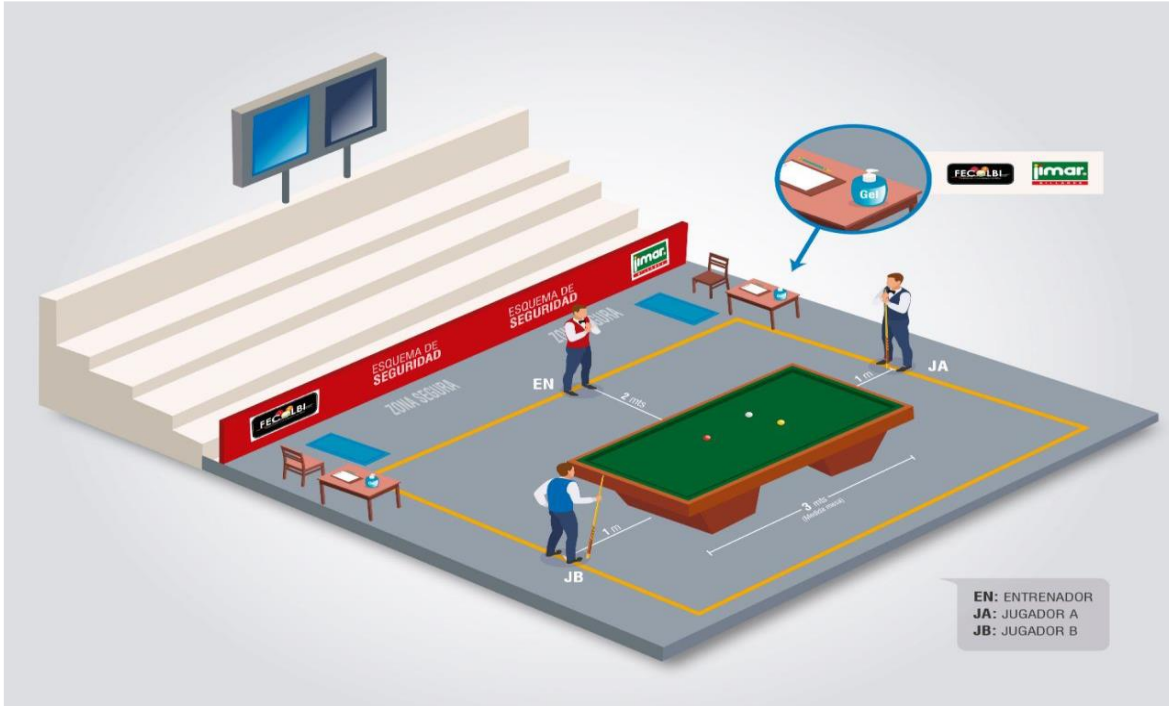
*Las sesiones se realizarán de forma progresiva para la readaptación deportiva.

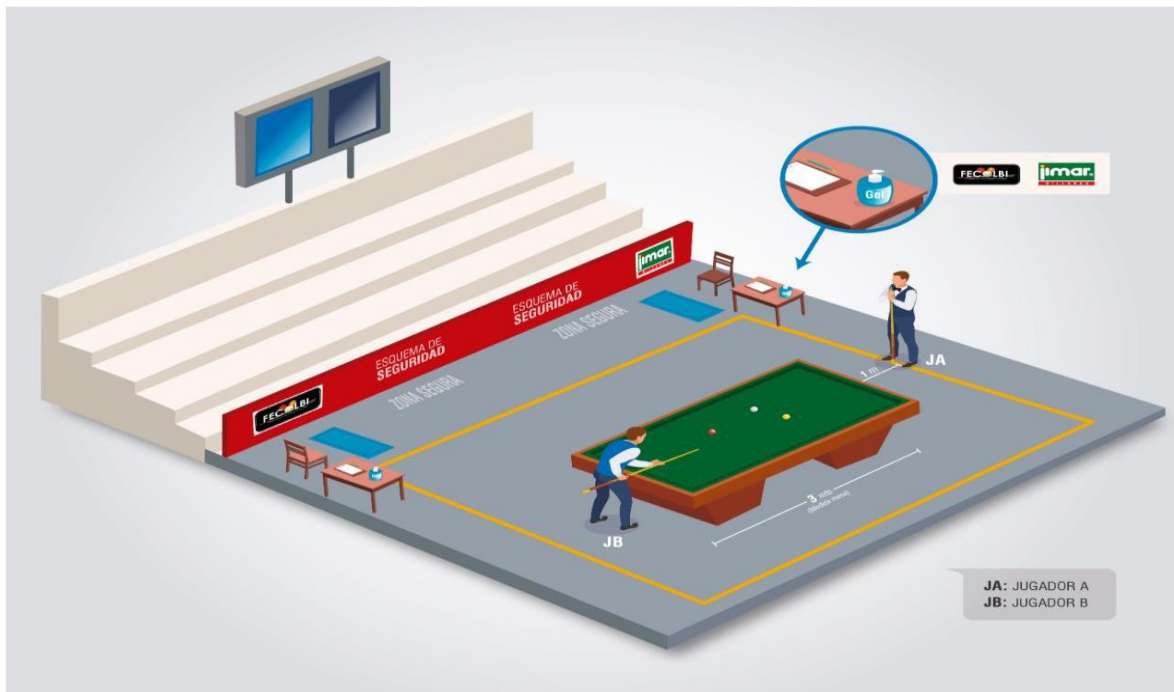
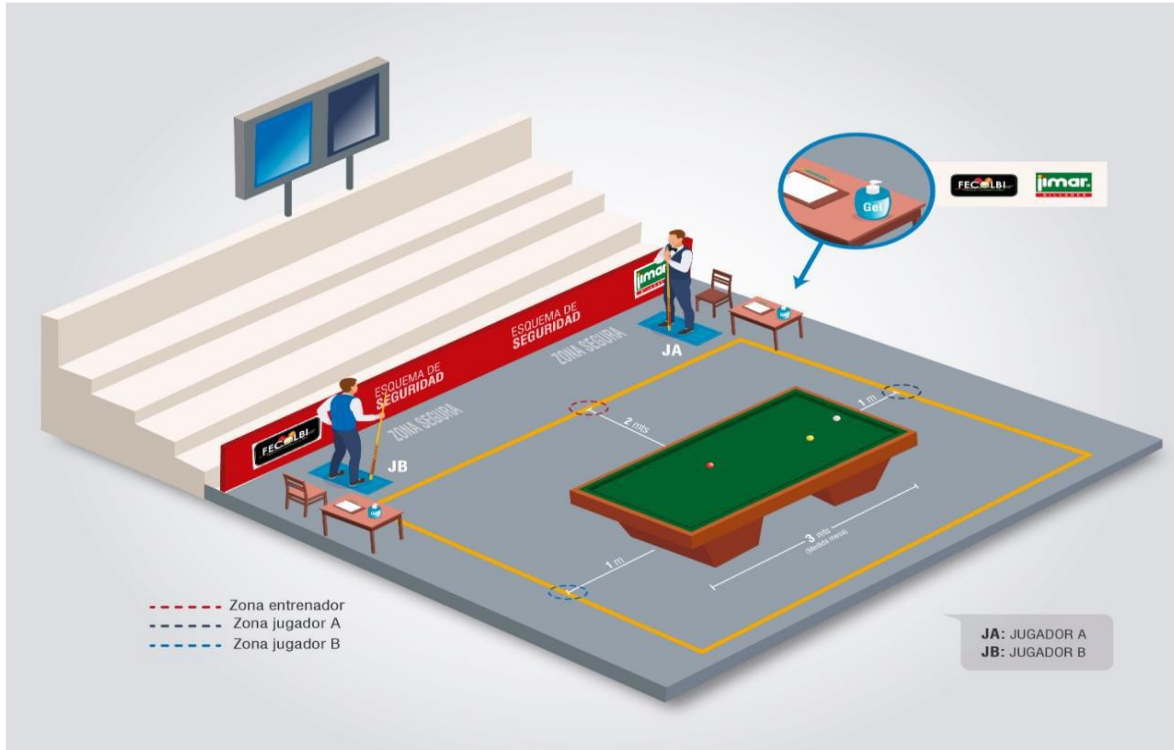
- Al finalizar la sesión, el deportista debe desinfectar el taco, las bolas de entrenamiento individuales y los elementos que cada uno haya utilizado durante el entrenamiento, esta desinfección se realizará con una solución de desinfección (hipoclorito + agua: formula explicada con anterioridad a cada deportista). Además, deberá limpiar sus manos, brazos y rostro con su toalla antes de salir del campo.
- El entrenador facilitará la instrucción para la salida de cada deportista, recalcando la importancia de realizarlo en el menor tiempo posible.

Restricciones:

- No se podrá hacer uso del gimnasio o de elementos de fuerza u otros escenarios del coliseo y parque.









CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA EL RETORNO AL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

Yo _____ con CC _____ de _____ entiendo y acepto que debo cumplir con los requisitos y recomendaciones establecidas para la práctica del deporte. Asumo la responsabilidad del riesgo de contagio que conllevan los desplazamientos hacia el sitio de entrenamiento para mí y mi familia.

Me han sido explicados todos los riesgos adicionales que asumo al realizar esta práctica deportiva y por lo tanto me comprometo a presentar los resultados de las pruebas para covid 19; previo al inicio de los entrenamientos. Además de esto, me comprometo a comunicar cualquier resultado confirmatorio de ser portador del virus.

Libero de responsabilidad al personal de salud, técnico y federativo ante el evento de ser diagnosticado con COVID 19, pues entiendo que su contagio pudo ser en cualquier momento, y en cualquier espacio.

El hecho de haber tenido una exposición previa al virus, no me libera de una reinfección, por lo que me comprometo a cumplir con todos los protocolos de seguridad y cumplir con las tomas de las pruebas seriadas

Soy consciente que pese al cumplimiento de todos los protocolos de seguridad existe una probabilidad de contagiarse con COVID 19. Cabe señalar que a pesar de las pruebas que me hayan realizado previamente y que no tenga síntomas, tengo la posibilidad de ser portador asintomático de la enfermedad; los riesgos asociados a la exposición de COVID-19 son: muerte, síndrome de dificultad respiratoria del adulto, coagulopatías, eventos trombóticos severos, otras manifestaciones como eventos respiratorios, gastrointestinales, neurológicos relacionados con el COVID-19 y en general aumento de probabilidad de las complicaciones de enfermedades pre existentes, así como las probables secuelas resultantes del padecimiento de la enfermedad.

Se me ha explicado que la decisión del regreso a los entrenamientos es totalmente voluntaria, primando mi salud y la de mi entorno familiar.

Certifico que he entendido la naturaleza, propósito, beneficios, riesgos y alternativas de la propuesta para mi retorno al entrenamiento.

Nombre y Firma

No. de identificación:

Nombre y firma del testigo:

Parentesco:

No. de Identificación: