



Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo
Protocolo general de Bioseguridad para la reapertura del gimnasio
y los servicios de Bienestar Institucional de la Fundación
Universtiaria María Cano en cada una de sus sedes para mitigar, controlar
y realizar el manejo de la pandemia COVID-19

**PROTOCOLO GENERAL DE BIOSEGURIDAD PARA LA REAPERTURA DEL
GIMANSIO Y LOS SERVICIOS DE BIENESTAR INSTITUCIONAL DE LA
FUNDACION UNIVERSITARIA MARIA CANO EN CADA UNA DE SUS SEDES
PARA MITIGAR, CONTROLAR Y REALIZAR EL MANEJO DE LA PANDEMIA POR
COVID-19**

FUNDACIÓN UNIVERSITARIA MARÍA CANO



MARZO DE 2021

Fecha de actualización: 19/03/2021 Elaborado por: Ana Milena Fragoso G. Cargo: Coordinadora de Seguridad y Salud en el Trabajo	Fecha de Revisión: 23/03/2021 Revisado por: comité Covid	Fecha de Aprobación: 24/03/2021. Aprobado por: Hugo Alberto Valencia Porras Cargo: Rector
--	---	---

Contenido

OBJETIVO	3
ALCANCE	3
NORMATIVIDAD APLICABLE	3
IDENTIFICACIÓN DE LA INSTITUCIÓN	3
DEFINICIONES	4
RESPONSABILIDADES	6
MEDIDAS GENERALES DE BIOSEGURIDAD PARA COLABORADORES Y USUARIOS DE LOS SERVICIOS DE BIENESTAR INSTITUCIONAL	7
Lavado de manos.....	7
Técnica de lavado de manos	7
Higiene Respiratoria	8
Distanciamiento físico	8
Medidas de Fortalecimiento de Bioseguridad.....	9
Elementos de Protección Personal – EPP para prevención del COVID-19	9
Limpieza y desinfección de equipos.	9
Higienización de calzado	¡Error! Marcador no definido.
OTRAS MEDIDAS PARA CONTROL DE CONTAGIO Y PROPAGACIÓN DEL COVID-19	11
Reserva de espacios	11
Vestuario	11
Registro de Temperatura:.....	¡Error! Marcador no definido.
Encuesta de Síntomas.....	11
CONSIDERACIONES ADICIONALES DEL PROTOCOLO DE ACTIVIDADES DE BIENESTAR	12
Reserva	12
Evaluación Osteomuscular de Ingreso al Centro de Acondicionamiento Físico	12
Otras medidas adoptadas.....	12
Control de cambios realizados al documento	13

Fecha de actualización: 19/03/2021 Elaborado por: Ana Milena Fragoso G. Cargo: Coordinadora de Seguridad y Salud en el Trabajo	Fecha de Revisión: 23/03/2021 Revisado por: comité Covid	Fecha de Aprobación: 24/03/2021. Aprobado por: Hugo Alberto Valencia Porras Cargo: Rector
--	---	---



Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo
Protocolo general de Bioseguridad para la reapertura del gimnasio
y los servicios de Bienestar Institucional de la Fundación
Universtiaría María Cano en cada una de sus sedes para mitigar, controlar
y realizar el manejo de la pandemia COVID-19

OBJETIVO

Definir las acciones y procedimientos necesarios de bioseguridad que se deben implementar para la reapertura y funcionamiento del gimnasio y los servicios de Bienestar Institucional de la Fundación Universitaria María Cano en cada una de sus sedes que garanticen la prevención del contagio y propagación del Coronavirus COVID-19.

ALCANCE

Las siguientes directrices definidas en este protocolo aplican a todos los colaboradores y estudiantes de la Fundación Universitaria María Cano que hagan uso del gimnasio y de los servicios de bienestar Institucional ofertados en las sedes de Cali, Neiva, Popayán y Medellín

NORMATIVIDAD APLICABLE

El presente protocolo tiene como punto de partida toda la normatividad del protocolo general de bioseguridad de la Fundación Universitaria María Cano y se adicionan las siguientes:

- ✓ Ley 181 de 1995, por la cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte.
- ✓ Ley 1616 de 2013, Por medio la cual se expide la Ley de salud mental.
- ✓ Resolución 1313 del 03 de agosto de 2020. Por medio de la cual se adopta el protocolo de bioseguridad para el manejo y control del riesgo de coronavirus COVID-19 en las actividades relacionadas con los centros de entrenamiento y acondicionamiento físico.

IDENTIFICACIÓN DE LA INSTITUCIÓN

Nombre: Fundación Universitaria María Cano
Nit: 800.036.781
Dirección: Calle 56 #41-90
Teléfono: 4025500
Actividad Económica: Educación Superior
Clase de Riesgo: I (uno) Principal
Representante legal: Hugo Alberto Valencia Porras
Sedes: Medellín, Cali, Neiva, Popayán, IPS María Cano

Fecha de actualización: 19/03/2021 Elaborado por: Ana Milena Frago G. Cargo: Coordinadora de Seguridad y Salud en el Trabajo	Fecha de Revisión: 23/03/2021 Revisado por: comité Covid	Fecha de Aprobación: 24/03/2021. Aprobado por: Hugo Alberto Valencia Porras Cargo: Rector
--	---	---

DEFINICIONES

- ✓ Alto logro deportivo: actividad sistemática, altamente intensiva y científicamente argumentada de entrenamiento y competición, para alcanzar máximos resultados deportivos (Tsvetan Zhelyazkov, 2006, p.13).
- ✓ Alto rendimiento deportivo: aquel que implica una práctica sistemática y de alta exigencia en la respectiva especialidad deportiva, con resultados en el contexto internacional, al más alto nivel de competición mundial (Coldeportes, 2015).
- ✓ Atleta: (Del griego antiguo athlos, que significa 'competición') es una persona que posee unas capacidades físicas superiores a la media y, en consecuencia, es apta para la realización de actividades físicas, especialmente para las competitivas.
- ✓ Carga de entrenamiento: las actividades físicas y mentales que realiza el individuo encaminadas al desarrollo de capacidades. hábitos, entre otros. Así como la suma de los efectos de estas actividades sobre el organismo del deportista.
- ✓ Contacto estrecho: es el contacto entre personas en un espacio de 2 metros o menos de distancia, en una habitación o en el área de atención de un caso de COVID-2019 confirmado o probable, durante un tiempo mayor a 15 minutos, o contacto directo con secreciones de un caso probable o confirmado mientras el paciente es considerado infeccioso.
- ✓ Deporte: es la específica conducta humana caracterizada por una actitud lúdica y de afán competitivo de comprobación o desafío, expresada mediante el ejercicio corporal y mental, dentro de disciplinas y normas pre establecidas orientadas a generar valores morales, cívicos y sociales (Ley 181, 1995, p.34)
- ✓ Deporte de alto rendimiento: práctica deportiva de organización y nivel superiores. Comprende procesos integrales orientados hacia el perfeccionamiento de las cualidades y condiciones fisicotécnicas de deportistas, mediante el aprovechamiento de adelantos tecnológicos y científicos" (ley 181, 1995, p.35)
- ✓ Deportes de arte competitivo y precisión: son aquellos deportes que exigen una alta calidad en las acciones de coordinación neuromuscular y su resultado deportivo está dado por puntuación y en la mayoría de casos por apreciación de los jueces o árbitros. (Coldeportes, 2015).
- ✓ Deportes de combate: son aquellos deportes en los que existe una lucha con un adversario utilizando golpes. agarres o el uso de armas (Coldeportes, 2015).

Fecha de actualización: 19/03/2021 Elaborado por: Ana Milena Fragoso G. Cargo: Coordinadora de Seguridad y Salud en el Trabajo	Fecha de Revisión: 23/03/2021 Revisado por: comité Covid	Fecha de Aprobación: 24/03/2021. Aprobado por: Hugo Alberto Valencia Porras Cargo: Rector
--	---	---

Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo
Protocolo general de Bioseguridad para la reapertura del gimnasio
y los servicios de Bienestar Institucional de la Fundación
Universtaria María Cano en cada una de sus sedes para mitigar, controlar
y realizar el manejo de la pandemia COVID-19

- ✓ Deportes de pelota: aquellos deportes cuyo elemento esencial para su desarrollo es con el uso de una pelota, (grande o pequeña). (Coldeportes, 2015).
- ✓ Deportes de tiempo y marca: (También referido como fuerza rápida y resistencia). Son aquellos deportes donde el resultado es un factor de medición totalmente cuantificable, por ejemplo, el tiempo en una carrera, el peso en levantamiento de pesas (Coldeportes, 2015).
- ✓ Deportista recreativo: se enmarca en la definición de deporte social y comunitario de la Ley 181 de 1995, que se refiere al aprovechamiento del deporte con fines de esparcimiento, recreación y desarrollo físico de la comunidad Procura integración, descanso y creatividad Se realiza mediante la acción interinstitucional y la participación comunitaria para el mejoramiento de la calidad de vida Distancia social aerodinámicamente equivalente para caminar, correr, andar en bicicleta: es la distancia social que dos personas necesitan mantener al caminar I correr I andar en bicicleta para tener el mismo nivel de riesgo de no exposición a las gotas que en el caso de 15m, 2 m o 6 pies deben mantener dos personas de pie y uno frente al otro. Entidad deportiva: instituciones del orden municipal, departamental y nacional en el sector público, creadas para organizar la actividad deportiva a nivel competitivo en el sector olímpico convencional y paralímpico, entre otras actividades. (Coldeportes, 2015).
- ✓ Entrenador deportivo. es un pedagogo, profesor, maestro-dirigente de un grupo de atletas, Junto con las cuales persigue éxitos deportivos en todos los niveles, debe tener capacidades laborales requeridas. según su grado de conocimientos académicos adquiridos. experiencias vividas y resultados alcanzados como tal, que le permitirán desempeñarse en el proceso continuo de calidad pertinente al entrenamiento deportivo, según sea el deporte de su aplicación: individual, grupal o mixto (Todorov Ivan et al., 1995).
- ✓ Escenario deportivo: es toda instalación construida o adecuada para la práctica de un deporte determinado y legalmente reconocido por el Estado colombiano por intermedio de la autoridad competente respectiva incluyendo todas sus dependencias internas y externas y vías de ingreso y salida cercanas a dichos Instalaciones.
- ✓ Medios para el entrenamiento: son los instrumentos, herramientas a través de las cuales se realiza el proceso de entrenamiento deportivo (técnico, táctico) que se utilizan para el cumplimiento de las tareas del entrenamiento.
- ✓ Sesión de entrenamiento: es la forma operativa fundamental del proceso de entrenamiento, dedicada a resolver organizada y racionalmente las tareas de la preparación del deportista. la duración de la sesión depende de la modalidad deportiva, la edad del deportista, el periodo de entrenamiento y/o el nivel de preparación de los atletas.

Fecha de actualización: 19/03/2021 Elaborado por: Ana Milena Fragoso G. Cargo: Coordinadora de Seguridad y Salud en el Trabajo	Fecha de Revisión: 23/03/2021 Revisado por: comité Covid	Fecha de Aprobación: 24/03/2021. Aprobado por: Hugo Alberto Valencia Porras Cargo: Rector
--	---	---

RESPONSABILIDADES

Se deben tener en cuenta las responsabilidades del protocolo general de bioseguridad definido por la Fundación Universitaria María Cano para mitigar, controlar y realizar el manejo de la pandemia por Covid-19.

Adicional se definen las siguientes responsabilidades:

A Cargo de la Fundación Universitaria María Cano:

- ✓ Garantizar el cumplimiento del protocolo de bioseguridad definido para la apertura de las actividades de Bienestar Institucional.
- ✓ Capacitar al personal directamente involucrado en las actividades de Bienestar Institucional sobre las medidas definidas en el protocolo de Bioseguridad.
- ✓ Hacer seguimiento y control de los colaboradores designados para la implementación del protocolo al interior de las actividades de Bienestar Institucional
- ✓ Actualizar el protocolo de Bioseguridad y los procedimientos específicos, en la medida que se den la apertura de más servicios desde el área o cuando la actualización de la normatividad lo requiera.

A cargo de entrenadores y personal asignado al gimnasio:

- ✓ Cumplir a cabalidad el protocolo de bioseguridad adoptado por la institución para la reapertura gradual de los servicios de Bienestar Institucional.
- ✓ Cuidar su salud y la de sus compañeros de trabajo manteniendo el lugar limpio y desinfectado
- ✓ Participar en todas las capacitaciones programadas por el área de seguridad y salud en el trabajo y por su jefe inmediato.
- ✓ Hacer uso de los elementos de protección personal en todo tiempo y lugar indicado en la institución.
- ✓ Notificar al área de Seguridad y Salud en el Trabajo cualquier incumplimiento en los protocolos de bioseguridad que identifique por parte de sus compañeros de trabajo o personal que asiste a las instalaciones del gimnasio y a los diferentes servicios ofertados por Bienestar Institucional.

A cargo del personal que utiliza los servicios de Bienestar Institucional:

- ✓ Cumplir a cabalidad el protocolo de bioseguridad adoptado por la institución para la reapertura gradual de los servicios de Bienestar Institucional
- ✓ Realizar la reserva oportuna de los espacios tal como lo establece el protocolo de Bioseguridad implementado por la institución y cancelación de la misma en caso de no utilizar los servicios.
- ✓ Diligenciar la encuesta de síntomas definida por Bienestar Institucional para el ingreso a las instalaciones o para el uso de los servicios del área
- ✓ Cumplir con los tiempos de reserva de los espacios para facilitar la desinfección de los mismos después de ejecutada la actividad.

Fecha de actualización: 19/03/2021 Elaborado por: Ana Milena Frago G. Cargo: Coordinadora de Seguridad y Salud en el Trabajo	Fecha de Revisión: 23/03/2021 Revisado por: comité Covid	Fecha de Aprobación: 24/03/2021. Aprobado por: Hugo Alberto Valencia Porras Cargo: Rector
--	---	---

Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo
Protocolo general de Bioseguridad para la reapertura del gimnasio
y los servicios de Bienestar Institucional de la Fundación
Universtiaría María Cano en cada una de sus sedes para mitigar, controlar
y realizar el manejo de la pandemia COVID-19

- ✓ No Consumir alimentos dentro de los espacios utilizados para las actividades de Bienestar Institucional
- ✓ Llevar consigo kit de autocuidado que contenga tapabocas, toalla, alcohol glicerinado y líquido para su hidratación

MEDIDAS GENERALES DE BIOSEGURIDAD PARA COLABORADORES Y USUARIOS DE LOS SERVICIOS DE BIENESTAR INSTITUCIONAL

Se deben tener en cuenta todas las medidas adoptadas por el protocolo General de Bioseguridad adoptado por la Fundación Universitaria María Cano (Cuarta Versión) y se adicionan las siguientes disposiciones:

Lavado de manos

A continuación, se relacionan los momentos claves de lavado de manos al interior del gimnasio en cada una de las sedes y durante el uso de servicios ofertados por Bienestar Institucional:

Cuando hacer higiene de manos:

- ✓ Antes de ingresar a las instalaciones del gimnasio y/o antes de hacer uso de algún servicio ofertado por Bienestar institucional y al finalizar el uso de los servicios.
- ✓ Dentro del gimnasio y durante la práctica de las actividades de Bienestar, siempre que las manos se vean visiblemente sucias.

La Institución dispone al interior del gimnasio en cada una de sus sedes y en las zonas comunes de insumos para realizar la higiene de manos con agua limpia, jabón y toallas de un solo uso (toallas desechables) de igual forma se cuenta con los insumos en todos los servicios sanitarios de la institución, y se asegura su dotación de manera constante.

La institución provee alcohol glicerinado mínimo al 70% para el uso de todo el personal y visitantes en lugares de fácil acceso, al ingreso de la institución, en zonas de afluencia de público (atención a público, cafetines, áreas de descanso de personal, entre otros).

En el gimnasio de cada una de las sedes se contará con puntos específicos de desinfección de manos, asegurando siempre uno al ingreso con el fin de facilitar la desinfección de manos de los usuarios y los otros deberán ser ubicados en zonas estratégicas para la limpieza de insumos utilizados y la desinfección de manos.

Técnica de lavado de manos

Se tendrá en cuenta la definida en el protocolo de General de Bioseguridad, se hace claridad que en los servicios sanitarios de los gimnasios de cada una de las sedes se dispondrá de afiches ilustrativos

Fecha de actualización: 19/03/2021 Elaborado por: Ana Milena Frago G. Cargo: Coordinadora de Seguridad y Salud en el Trabajo	Fecha de Revisión: 23/03/2021 Revisado por: comité Covid	Fecha de Aprobación: 24/03/2021. Aprobado por: Hugo Alberto Valencia Porras Cargo: Rector
--	---	---

Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo
Protocolo general de Bioseguridad para la reapertura del gimnasio
y los servicios de Bienestar Institucional de la Fundación
Universtaria María Cano en cada una de sus sedes para mitigar, controlar
y realizar el manejo de la pandemia COVID-19

con la técnica correcta para el lavado, adicional se contará con piezas informativas que se proyectaran a través de medios digitales.

Higiene Respiratoria

Todo usuario del gimnasio y de los servicios de Bienestar Institucional debe portar de forma permanente el tapabocas cubriendo correctamente nariz y boca.

Para el desecho del tapabocas en caso de cambio, se deben seguir los lineamientos del protocolo general de Bioseguridad de la Institución y del código de colores vigente para la separación de residuos sólidos.

Distanciamiento físico

Adicional a las medidas adoptadas en el protocolo General de Bioseguridad, dentro de los servicios de las actividades de Bienestar en cada una de las sedes, se tendrán en cuenta las siguientes medidas para

Aforo de las actividades ofertadas:

- ✓ Gimnasio Medellín: El gimnasio contará con aforo máximo de 20 usuarios.
- ✓ Gimnasio Cali: El gimnasio contará con aforo máximo de 15 usuarios.
- ✓ Gimnasio Popayán: El gimnasio contará con aforo máximo de 25 usuarios por turnos que se dispondrán cada 2 horas.
- ✓ Gimnasio Neiva: El gimnasio contará con aforo máximo de 15 usuarios por turnos que se dispondrán cada 2 horas.
- ✓ Placa Polideportiva: Contará aforo máximo de 20 usuarios. Y se definirán los servicios que se ofertarán en ese espacio, con acompañamiento del docente asignado para la actividad.
- ✓ Salón de Música: Se garantizará el distanciamiento de 2 metros entre usuarios en las áreas destinadas para la actividad en cada una de las sedes.

En las sedes de Cali, Neiva y Popayán las placas polideportivas que se utilizan para los servicios son las ubicadas en cada uno de los barrios donde se encuentran las sedes de la Institución, por tal motivo la reserva dependerá de los horarios concertados al inicio del semestre y el protocolo de Bioseguridad deberá enfocarse en el uso correcto del tapabocas (cubriendo nariz y boca) y el distanciamiento físico (1 metro), adicional los docentes encargados de las actividades en las placas, deberán fomentar el lavado de manos previo y posterior al uso de los servicios y proveer a los

Fecha de actualización: 19/03/2021 Elaborado por: Ana Milena Frago G. Cargo: Coordinadora de Seguridad y Salud en el Trabajo	Fecha de Revisión: 23/03/2021 Revisado por: comité Covid	Fecha de Aprobación: 24/03/2021. Aprobado por: Hugo Alberto Valencia Porras Cargo: Rector
--	---	---

**Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo
Protocolo general de Bioseguridad para la reapertura del gimnasio
y los servicios de Bienestar Institucional de la Fundación
Universtiaría María Cano en cada una de sus sedes para mitigar, controlar
y realizar el manejo de la pandemia COVID-19**

estudiantes de insumos de desinfección (alcohol glicerinado al 70% y/o gel antibacterial para la desinfección de las manos, siempre y cuando estas se encuentren visiblemente limpias.

Medidas de Fortalecimiento de Bioseguridad

Adicional a las anteriores medidas y teniendo en cuenta los mecanismos de diseminación del virus (gotas y contacto) se fortalecerán los siguientes procesos durante la prestación de los servicios de Bienestar Institucional:

- Elementos de protección personal (EPP)
- Limpieza y desinfección de espacios e insumos
- Manejo de Residuos
- Medidas generales higiénicas sanitarias

Elementos de Protección Personal – EPP para prevención del COVID-19

Teniendo en cuenta que la institución debe contar con personal vinculado que esté al frente de la prestación de los servicios ofertados, se definen los siguientes elementos de protección personal.

La institución garantiza disponibilidad de insumos de Bioseguridad para entrenadores y usuarios como Alcohol glicerinado al 70% y gel antibacterial.

CARGO	IMPLEMENTOS A ENTREGAR
Entrenadores del gimnasio	Tapabocas desechable tipo quirúrgico
Coordinador de Deporte y Cultura y demás profesionales que harán verificación de procesos y cumplimiento de protocolo de Bioseguridad	Tapabocas desechables tipo quirúrgico y/o de tela institucional Alcohol Glicerinado al 70% Gel Antibacterial Paño de limpieza

Los elementos de protección personal (EPP) son de uso personal e intransferible.

Limpieza y desinfección de equipos.

Se implementará el protocolo de limpieza y desinfección permanente y mantenimiento de los lugares de trabajo definido por el protocolo general de bioseguridad de la institución, que incluye: procedimiento, frecuencia, insumos, personal responsable, elementos de protección.

Fecha de actualización: 19/03/2021 Elaborado por: Ana Milena Frago G. Cargo: Coordinadora de Seguridad y Salud en el Trabajo	Fecha de Revisión: 23/03/2021 Revisado por: comité Covid	Fecha de Aprobación: 24/03/2021. Aprobado por: Hugo Alberto Valencia Porras Cargo: Rector
--	---	---

Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo
Protocolo general de Bioseguridad para la reapertura del gimnasio
y los servicios de Bienestar Institucional de la Fundación
Universtiaría María Cano en cada una de sus sedes para mitigar, controlar
y realizar el manejo de la pandemia COVID-19

Cerca de las máquinas ubicadas en los gimnasios de cada una de las sedes, se dispondrá de dispensadores tipo atomizador con alcohol al 70% y dispensadores de toallas desechables para limpieza de equipos.

Se contará con dos espacios diarios de desinfección profunda del gimnasio y cada dos horas se hará desinfección superficial con el fin de garantizar zonas de entrenamiento seguras, para esto se dispondrá del personal de servicios generales de la institución quien tendrá capacitaciones constantes en materia de Bioseguridad y protocolos de desinfección. De igual forma todos los días se hará el mismo procedimiento de limpieza en el salón de música.

Con el préstamo de insumos como raquetas para utilización de las mesas de PinPon, a cada estudiante durante el tiempo de reserva del espacio, se le hará entrega de un Kit que contiene, toalla de desinfección, alcohol antiséptico al 70% en frasco dosificador en spray para que realice la desinfección de los elementos antes y después de utilizarlos.

Desde el área de seguridad y salud en el trabajo se garantiza la supervisión constante de los protocolos de desinfección a través de análisis de comportamiento e inspecciones en los espacios de trabajo.

Para la manipulación de insumos y productos y el manejo de Residuos se tendrán en cuenta las recomendaciones adoptadas en el Protocolo General de Bioseguridad de la Institución (tercera versión).

Áreas y horarios de trabajo

El área de Bienestar Institucional emitirá semanalmente el horario para la prestación de los servicios a la comunidad Universitaria. Este horario debe reposar de igual forma en la Coordinación de Seguridad Y Salud en el Trabajo para poder realizar cerco epidemiológico de forma ágil en caso de que se presente un caso positivo para Covid-19.

El gimnasio seguirá funcionando en el sótano del edificio principal y algunas actividades grupales podrán ser ejecutadas en la placa polideportiva con la planeación previa.

Las clases de música podrán ser desarrolladas en cualquiera de las sedes de manera presencial, siempre y cuando se garantice el distanciamiento de 1 metro entre los asistentes y se eviten los instrumentos de viento. en el salón de música ubicado en el tercer piso del edificio de Bienestar Institucional se garantizará el distanciamiento de 1 metro entre los usuarios.

Los entrenamientos de los deportes ofertados por Bienestar Institucional serán desarrollados en la placa polideportiva teniendo en cuenta la planeación semanal que emita el área de Deporte y Cultura y en las sedes de Cali, Neiva y Popayán se deberá tener en cuenta el protocolo de Bioseguridad ofertado por los espacios deportivos donde se tiene convenio para el uso de las placas polideportivas.

Fecha de actualización: 19/03/2021 Elaborado por: Ana Milena Frago G. Cargo: Coordinadora de Seguridad y Salud en el Trabajo	Fecha de Revisión: 23/03/2021 Revisado por: comité Covid	Fecha de Aprobación: 24/03/2021. Aprobado por: Hugo Alberto Valencia Porras Cargo: Rector
--	---	---

Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo
Protocolo general de Bioseguridad para la reapertura del gimnasio
y los servicios de Bienestar Institucional de la Fundación
Universtiaría María Cano en cada una de sus sedes para mitigar, controlar
y realizar el manejo de la pandemia COVID-19

Para el préstamo de las mesas de PinPon, se deberá disponer de un espacio donde se ubiquen las mesas, que sea ventilado y para el préstamo de los insumos se tendrán en cuenta las medidas propuestas en este protocolo.

OTRAS MEDIDAS PARA CONTROL DE CONTAGIO Y PROPAGACIÓN DEL COVID-19

Reserva de espacios

Para acceder a los servicios ofertados por bienestar Institucional se deberá hacer reserva anticipada de los mismos desde la página web institucional y el aula de Bienestar. Allí se accederá al formulario de reserva. De igual forma se dispondrá en puntos estratégicos en cada una de las sedes de la institución de un código QR para la reserva de los mismos.

Se permitirá el ingreso de los usuarios hasta 10 minutos después de la hora estipulada en la reserva, con el fin de poder otorgar un servicio de calidad y garantizar los procedimientos necesarios para el ingreso a los servicios.

Vestuario

Todo usuario de los servicios de Bienestar deberá portar el tapabocas tal como lo exige el presente protocolo de Bioseguridad, adicional a esto, en el gimnasio específicamente el vestuario debe ser cómodo que permita un correcto desarrollo de las actividades.

Las mujeres deben llevar el cabello recogido y evitar el uso de accesorios como anillos, collares o pulseras.

Todos los usuarios deberán llevar su hidratación y por ningún motivo se permite compartir la hidratación con otros usuarios, adicional debe portar una toalla personal para limpieza del sudor

Encuesta de Síntomas

Todos los usuarios previos al ingreso a cualquier de los servicios de ofertados desde Bienestar Institucional deberá mostrar el diligenciamiento de la encuesta de síntomas a través de los códigos QR que se van a disponer en los espacios destinados para las actividades a desarrollar. En caso de no contar con un dispositivo electrónico para diligenciar la encuesta se entregará el formato físico para el diligenciamiento. En la encuesta se monitoreará la presencia de síntomas que posiblemente puedan estar relacionados con Covid-19 y no se permitirá el ingreso en caso de que el usuario presente alguno de ellos,

Fecha de actualización: 19/03/2021 Elaborado por: Ana Milena Frago G. Cargo: Coordinadora de Seguridad y Salud en el Trabajo	Fecha de Revisión: 23/03/2021 Revisado por: comité Covid	Fecha de Aprobación: 24/03/2021. Aprobado por: Hugo Alberto Valencia Porras Cargo: Rector
--	---	---

CONSIDERACIONES ADICIONALES DEL PROTOCOLO DE ACTIVIDADES DE BIENESTAR

Reserva

Todos los usuarios que deseen acceder a los servicios de Bienestar Institucional deberán hacer la reserva previa con el fin de poder contar con un registro de usuarios y garantizar el aforo máximo permitido en cada uno de los espacios. En caso de no poder acceder al servicio se deberá notificar la cancelación al Coordinador de Deporte y Cultura o a los siguientes correos:

luis.bedoya@fumc.edu.co Sede Medellín

vivianacaicedodelgado@fumc.edu.co Sede Neiva

lizethpaolamejiapinzon@fumc.edu.co Sede Popayán

carlooseduardodomingueztorres@fumc.edu.co Sede Cali

Aunque todas las actividades disponen de reserva previa se podrá hacer el uso de los servicios siempre y cuando se cuente con la disponibilidad necesaria. En este caso la coordinación de deporte y cultura y/o el docente encargado del servicio al que se desea acceder, deberá hacer la verificación del espacio y registrar a los asistentes.

Evaluación Osteomuscular de Ingreso al Centro de Acondicionamiento Físico

Todo usuario del gimnasio deberá someterse a una Evaluación Osteomuscular previa al inicio del entrenamiento con el fin de poder detectar posibles alteraciones que deban tener un abordaje especial.

Se tendrá en cuenta el concepto del examen ocupacional de ingreso para el personal vinculado a la institución y de igual forma se prohibirá el ingreso a colaboradores con comorbilidades que puedan agravar un posible contagio por Covid-19 como Hipertensión y Diabetes y Obesidad grado II en adelante.

Adicional a la evaluación osteomuscular los usuarios del gimnasio en cada una de las sedes, deben contar un plan de entrenamiento que debe ser diseñado por los instructores a cargo

Otras medidas adoptadas.

- Cada usuario del gimnasio que desee hacer uso de las duchas deberá garantizar el orden y aseo del espacio posterior a su uso, evitando dejar el piso mojado. De igual forma deberá llevar sus insumos de aseo y no dejarlos en las instalaciones del gimnasio.

Fecha de actualización: 19/03/2021 Elaborado por: Ana Milena Fragoso G. Cargo: Coordinadora de Seguridad y Salud en el Trabajo	Fecha de Revisión: 23/03/2021 Revisado por: comité Covid	Fecha de Aprobación: 24/03/2021. Aprobado por: Hugo Alberto Valencia Porras Cargo: Rector
--	---	---

Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo
Protocolo general de Bioseguridad para la reapertura del gimnasio
y los servicios de Bienestar Institucional de la Fundación
Universtaria María Cano en cada una de sus sedes para mitigar, controlar
y realizar el manejo de la pandemia COVID-19

- Para los convenios con otros gimnasios se deberá tener en cuenta el protocolo establecido por cada una de las instituciones

Control de cambios realizados al documento

Fecha	Nombre y cargo del responsable de la modificación	Modificación realizada
Marzo 19 de 2021	Ana Milena Fragoso González	Se omite la toma de temperatura, se anexan las sedes y se permite el uso de las duchas en cada uno de los gimnasios.
Agosto 23 de 2021	Ana Milena Fragoso González. Coordinadora Seguridad y Salud en el Trabajo Luis Alejandro Bedoya Contreras. Coordinador deporte y cultura.	Se aumentan aforos en cada una de las sedes, se disminuye el distanciamiento a 1 metro.

Fecha de actualización: 19/03/2021 Elaborado por: Ana Milena Fragoso G. Cargo: Coordinadora de Seguridad y Salud en el Trabajo	Fecha de Revisión: 23/03/2021 Revisado por: comité Covid	Fecha de Aprobación: 24/03/2021. Aprobado por: Hugo Alberto Valencia Porras Cargo: Rector
--	---	---