

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 1 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

1. INTRODUCCION

Como consecuencia de la pandemia mundial de COVID-19 y la situación nacional frente a esta condición, se desarrolla el presente protocolo de bioseguridad para las instalaciones de nuestros gimnasios.

Para la elaboración de este protocolo se toman en cuenta todas las recomendaciones emitidas por la Organización Mundial de la Salud (OMS), El Instituto Nacional de Salud y las directrices emitidas por parte del Gobierno Nacional.

Este protocolo de bioseguridad se desarrolla con el fin de garantizar condiciones seguras para los usuarios de nuestras instalaciones, empleados y la comunidad en general dentro de la emergencia sanitaria por COVID-19, permitiendo así el desarrollo de las actividades de la compañía y poder continuar contribuyendo con el progreso del país.

2. PROPÓSITO

- Establecer las directrices de bioseguridad a implementar y las actividades de promoción, prevención y contención para controlar el efecto del COVID-19 y disminuir el riesgo de transmisión del virus en los gimnasios.
- Establecer lineamientos y medidas preventivas sanitarias que deberán ser aplicadas en los gimnasios para garantizar las condiciones de bioseguridad requeridas en el contexto de la actual pandemia por COVID-19.
- Definir actividades dirigidas a mitigar los riesgos de contagio y controlar la interacción social de los usuarios y el personal presente en las sedes de los gimnasios.
- Definir las acciones a tomar frente a casos sospechosos y/o confirmado de contagio por el virus COVID-19.
- Este documento se realiza en conjunto con la ARL de los gimnasios, con especial énfasis hacia los usuarios y colaboradores.
- Implementar controles en los centros de trabajo para asegurar el suministro de elementos de protección de los colaboradores y usuarios específicos y acordes al riesgo derivado del virus COVID-19.
- En caso de posible sospechoso y/o confirmado por el virus COVID-19 Se realizará el respectivo reporte a la secretaria de Salud para el debido tratamiento a seguir por parte de la persona infectada.

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 2 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

3. ALCANCE

El presente protocolo de bioseguridad aplica para todos los gimnasios.

4. RESPONSABLES

Se debe designar personal calificado y entrenado para garantizar el cumplimiento del presente protocolo

Cumplimiento de protocolo:

Natasha valencia Jiménez

Implementación:

SEDE	RESPONSABLE	CARGO
Todas	Natasha valencia	Coordinadora sst
Manrique	Felipe Bohórquez	Gerente de sede
Castilla	Laura Ospina	Gerente de sede
Colombia	Cristina Muñoz	Gerente de sede
América	Felipe Bohórquez	Gerente de sede
Monterrey	Valeria Benítez	Gerente de sede
Palmas	Cristina Muñoz	Gerente de sede
Santa Fe	Juliana rojas	Gerente de sede
Campestre	Juliana rojas	Gerente de sede
Envigado	Valeria Benítez	Gerente de sede
Vegas	Felipe Bohórquez	Gerente de sede
Buenos aires	Laura Ospina	Gerente de sede
Carnaval	Kevin zapata	Gerente Regional
Alquería	Luis Gómez	Gerente de sede
Edén	Angelica Díaz	Gerente de sede
Hayuelos	Luis Gómez	Gerente de sede

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 3 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

Calle 80	Luís enrique mejía Martínez	Gerente de sede
----------	--------------------------------	-----------------

Documentar, socializar y capacitar:

SEDE	RESPONSABLE	CARGO
Todas	Natasha valencia	Coordinadora sst
Manrique	Felipe Bohórquez	Gerente de sede
Castilla	Laura Ospina	Gerente de sede
Colombia	Cristina muñoz	Gerente de sede
América	Felipe Bohórquez	Gerente de sede
Monterrey	Valeria Benítez	Gerente de sede
Palmas	Cristina muñoz	Gerente de sede
Santa Fe	Juliana rojas	Gerente de sede
Campestre	Juliana rojas	Gerente de sede
Envigado	Valeria Benítez	Gerente de sede
Vegas	Felipe Bohórquez	Gerente de sede
Buenos aires	Laura Ospina	Gerente de sede
Carnaval	Kevin zapata	Gerente Regional
Alquería	Luis Gómez	Gerente de sede
Edén	Angelica Díaz	Gerente de sede
Hayuelos	Luis Gómez	Gerente de sede
Calle 80	Luís enrique mejía Martínez	Gerente de sede

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 4 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

Educación a los usuarios:
gerentes de sede

Departamento de Comunicaciones y marketing Y

Todos los usuarios y empleados son responsables de la limpieza y desinfección de los elementos y equipos; y de cumplir y hacer cumplir las normas de bioseguridad y de distanciamiento físico.

5. CONCEPTOS Y DEFINICIONES

- *Aislamiento*: separación de una persona o grupo de personas que se sabe o se cree razonablemente, que están infectadas con una enfermedad transmisible y potencialmente infecciosa de aquellos que no están infectados, para prevenir la propagación del virus COVID-19. El aislamiento para fines de salud pública puede ser voluntario u obligado por orden de la autoridad sanitaria.
- *Afectado*: personas que están infectadas o contaminadas o que son portadoras de fuentes de infección o contaminación, de modo tal que constituyen un riesgo para la salud pública.
- *Bioseguridad*: conjunto de medidas preventivas destinadas a mantener el control de factores de riesgo laborales procedentes de agentes biológicos, físicos o químicos, logrando la prevención de impactos nocivos, asegurando que el desarrollo o producto final de dichos procedimientos no atenten contra la salud y seguridad de trabajadores de la salud, pacientes, visitantes y el medio ambiente.
- *Caso confirmado*: persona con infección por el virus del COVID-19 confirmada mediante pruebas de laboratorio, independientemente de los signos y síntomas clínicos. ¹
- *Caso probable*: un *Caso Sospechoso* en el que los resultados de las pruebas de infección por el virus del COVID-19 o de un ensayo de detección de todo tipo de coronavirus son positivos, y en el que no se ha podido confirmar mediante pruebas de laboratorio la presencia de otros patógenos respiratorios. ²
- *Caso sospechoso*: teniendo en cuenta la información con la que se cuenta a la fecha, se considera *Caso Sospechoso*:
 - o *Paciente con infección respiratoria aguda severa* (con fiebre, resfriado y que necesita ser hospitalizado) y sin otra etiología que explique completamente las manifestaciones clínicas y que haya viajado al extranjero, o residido en otro país, en los 14 días anteriores al inicio de los síntomas.

¹ OMS (2020). Protocolo de investigación de los primeros casos y sus contactos directos (FFX) de la enfermedad por Coronavirus 2019 (COVID-19). Recuperado de https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/covid-19-master-x-protocol-v2-sp-web.pdf?sfvrsn=7ad940f_8. pág. 14.

² IBID, pág. 13.

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 5 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

- *Paciente con cualquier enfermedad respiratoria aguda* y en el que se cumpla al menos una de las siguientes condiciones en los últimos 14 días anteriores al inicio de los síntomas: a) haber estado en contacto con un caso confirmado o probable de infección por el COVID-19, o b) haber trabajado o estado en un centro de atención sanitaria en el que se estuviese tratando a pacientes con infección confirmada o probable por el COVID-19 o pacientes con enfermedades respiratorias agudas.³
- *Centro Nacional de Enlace - CNE*: es el punto de contacto del Ministerio de Salud y Protección Social con la Organización Mundial de la Salud para el intercambio de información respecto de riesgos y amenazas a la salud pública, en el marco del Reglamento Sanitario Internacional - RSI 2005.
- *Contagio*: transmisión de una enfermedad por contacto con el agente patógeno que la causa.
- *Control*: es un mecanismo preventivo y correctivo adoptado por la administración de una dependencia o entidad que permite la oportuna detección y corrección de desviaciones.
- *Contacto cercano*: es el que se da entre un Caso Sospechoso o confirmado de COVID-19 y otras personas a menos de 2 metros de distancia, durante un periodo de tiempo mayor de 15 minutos o haber tenido el contacto directo con las secreciones de un caso probable o confirmado mientras el paciente es considerado infeccioso.
- *Coronavirus*: los Coronavirus (CoV) son una extensa familia de virus que pueden causar enfermedades tanto en animales como en humanos. En los humanos, se sabe que varios Coronavirus causan infecciones respiratorias que pueden ir desde el resfriado común hasta enfermedades más graves como el Síndrome Respiratorio de Oriente Medio (MERS) y el Síndrome Respiratorio Agudo Severo (SRAS). El Coronavirus que se ha descubierto más recientemente causa la enfermedad por Coronavirus COVID-19⁴.
- *COVID-19*: también conocida como enfermedad del Coronavirus2 o como neumonía por Coronavirus, es una enfermedad infecciosa causada por el virus SARS-CoV-2. Se notificó por primera vez en Wuhan (China) el 31 de diciembre de 2019, como neumonía por coronavirus.
- *Cuarentena*: restricción de las actividades de las personas presuntamente sanas que hayan estado expuestas durante el periodo de transmisibilidad de enfermedades que puedan tener efectos en la salud poblacional. Su duración será por un lapso que no exceda del periodo máximo de incubación de la enfermedad o hasta que se compruebe la desaparición del peligro de diseminación del riesgo observado.
- *Desinfección*: proceso químico para erradicar microorganismos.

³ IDEM.

⁴ Organización Mundial de la Salud - OMS. <https://www.who.int/es/health-topics/coronavirus>

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 6 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

- *Enfermedad*: alteración leve o grave del funcionamiento normal de un organismo o de alguna de sus partes debido a una causa interna o externa.
- *Epidemia*: enfermedad que ataca a un gran número de personas o de animales en un mismo lugar y durante un mismo periodo de tiempo.
- *Pandemia*: enfermedad epidémica que se extiende a muchos países o que ataca a casi todos los individuos de una localidad o región.
- *Prevención*: acción de preparar con antelación lo necesario para un fin, anticiparse a una dificultad, prever un daño, avisar a alguien de algo.
- *Protección*: acción de proteger o impedir que una persona o una cosa reciba daño o que llegue hasta ella algo que lo produzca.
- *Salud Pública*: de conformidad con la Ley 1122 de 2007, la Salud Pública está constituida por un conjunto de políticas que buscan garantizar de manera integrada, la salud de la población por medio de acciones dirigidas tanto de manera individual como colectiva ya que sus resultados se constituyen en indicadores de las condiciones de vida, bienestar y desarrollo. Dichas acciones se realizarán bajo la rectoría del Estado y deberán promover la participación responsable de todos los sectores de la comunidad.
- *Seguimiento*: procedimiento para mantener el contacto con Casos Sospechosos o Confirmados de COVID-19 y sus contactos, revisar la presencia de signos y síntomas e informar sobre las medidas de prevención y cuidado.
- *Sintomatología*: conjunto de síntomas que son característicos de una enfermedad determinada o que se presentan en un enfermo.
- *Tratamiento*: es el conjunto de medios (higiénicos, farmacológicos, quirúrgicos u otros) cuya finalidad es la curación o el alivio (paliación) de las enfermedades.
- *Virus*: microorganismo compuesto de material genético protegido por un envoltorio proteico, que causa diversas enfermedades introduciéndose como parásito en una célula para reproducirse en ella.
- *Desinfección*: es la destrucción de microorganismos de una superficie por medio de agentes químicos y físicos.
- *Desinfectante*: es un germicida que inactiva prácticamente todos los microorganismos patógenos reconocidos, pero no necesariamente todas las formas de vida microbiana.
- *Hipoclorito*: es un grupo de desinfectantes que se encuentra entre los más comúnmente utilizados. Este grupo de desinfectantes 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 proceso.

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 7 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

- *Material contaminado*: es aquel que ha estado en contacto con microorganismos o es sospechoso de estar contaminado.

6. MARCO NORMATIVO

Considerando que el **Artículo 2** de la **Constitución Política de Colombia** prevé que las autoridades de la República están instituidas para proteger a todas las personas residentes en Colombia, en su vida, hora, bienes, creencias y demás derechos y libertades, y para asegurar el cumplimiento los deberes sociales del Estado y de los particulares.

Y, atendiendo la normativa aplicable y comunicada por Presidencia de la República, Ministerio de Salud y Protección Social, Alcaldías Municipales y demás entes regulatorios, ante la necesidad de intervenir el riesgo por el nuevo Coronavirus (COVID-19), la empresa atiende las siguientes directrices:

Resolución 1313 de 2020

Por medio de la cual se adopta el protocolo de bioseguridad para el manejo y control del riesgo del coronavirus COVID-19 en las actividades relacionadas con los centros de entrenamiento y acondicionamiento físico.

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.

Decreto 417 de 2020

Se declara un Estado de Emergencia Económica, Social y Ecológica en todo el territorio Nacional.

Resolución 385 de 12 de marzo de 2020

Numeral 2.3. Ordenar a los establecimientos comerciales y mercados, que implementen las medidas higiénicas en los espacios o superficies de contagio y las medidas de salubridad que faciliten el acceso de la población a sus servicios higiénicos, así como la de sus trabajadores.

Numeral 2.6. Ordenar a los jefes, representantes legales, administradores o quienes hagan sus veces a adoptar, en los centros laborales públicos y privados, las medidas de prevención y control

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 8 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

sanitario para evitar la propagación del COVID-19. Deberá impulsarse al máximo la prestación del servicio a través del teletrabajo.

Circular externa 0018 de 10 de marzo de 2020

Para minimizar los efectos negativos en la salud, los organismos y entidades del sector público y privado:

1. Promover en los servidores públicos, trabajadores y contratistas el adecuado y permanente lavado de manos y la desinfección de puestos de trabajo, como una de las medidas más efectivas para evitar contagio.
2. Suministrar a los servidores públicos, trabajadores y contratistas, por medio de los propios organismos y entidades públicas y privadas y administradoras de riesgos laborales, información clara y oportuna sobre las medidas preventivas y de contención del COVID-19.
3. Establecer canales de información para la prevención del COVID-19 y dejar claro a los servidores públicos, trabajadores y contratistas a quién deben reportar cualquier sospecha de síntomas o contacto con persona diagnosticada con la enfermedad.
4. Impartir capacitación en prevención contra el COVID-19 al personal de migraciones, salud, aseo y limpieza. 5. Informar inmediatamente cualquier caso sospechoso a la Secretaría de Salud o Dirección Territorial de Salud de su jurisdicción.

Medidas temporales y excepcionales de carácter preventivo:

1. Autorizar el teletrabajo: cada empleador es responsable de adoptar las acciones para tal efecto y será responsabilidad del teletrabajador cumplir con esta medida con el fin de que sea efectiva, en términos de aislamiento social preventivo.
2. Adoptar horarios flexibles. Disminuir el riesgo por exposición en horas pico o de gran afluencia de personas en sistemas de transporte. Tener una menor concentración de trabajadores en ambientes de trabajo y una mejor circulación del aire.
3. Disminuir el número de reuniones presenciales.
4. Evitar áreas o lugares con aglomeraciones en los que se pueda interactuar con personas enfermas.

Responsabilidad de los servidores, trabajadores y contratistas:

1. Informar inmediatamente en los canales dispuestos para tal fin, en caso de presentar síntomas de enfermedades respiratorias.

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 9 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

2. Cuidar su salud y la de sus compañeros de trabajo, manteniendo el lugar de trabajo limpio y una distancia adecuada.
3. Lavarse constantemente las manos con agua y jabón y evitar tocarse los ojos, nariz y boca, sin habérselas lavado.
4. Evitar temporalmente los saludos de beso, abrazo o de mano.
5. Taparse la boca al momento de toser o estornudar y botar el pañuelo desechable inmediatamente después de usarlo; si no hay pañuelo disponible, taparse con la parte interna del codo.
6. Procurar mantener una distancia de al menos dos (2) metros entre la persona que tosa o estornude.

Decreto de 749 de 2020

Se decreta el aislamiento preventivo hasta el 1 de julio. Los alcaldes deben tomar las medidas administrativas necesarias para hacer cumplir el aislamiento. Se hacen excepciones en las que se destacan la apertura de centros comerciales, museos, bibliotecas, peluquerías, y demás actividades productivas contempladas en los decretos emitidos anteriormente, el ejercicio físico restringido de menores y mayores de 70 años, entre otros.

Procedimiento para municipios libres de COVID19 y restricciones explícitas de actividades.

Se mantienen las medidas adoptadas en los decretos anteriores

Resolución 380 del 10 de marzo de 2020

Se suspenden todos los eventos con un aforo de más de 50 personas en el territorio nacional.

Decreto 539 de 2020

El Ministerio de Salud y Protección Social será la entidad encargada de determinar y expedir los protocolos que sobre bioseguridad se requieran para todas las actividades económicas, sociales y sectores de la administración pública. Alcaldes están sujetos a la aplicación de estos protocolos.

7. MEDIDAS GENERALES

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 10 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020



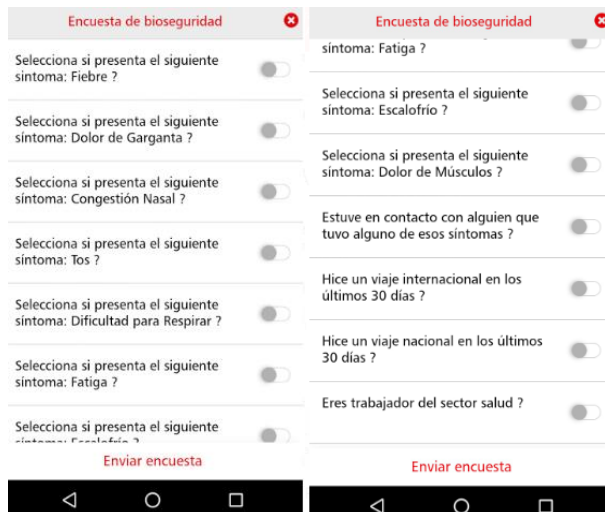
Esta información estará ubicada en la entrada al CAF

- El acceso sólo estará permitido a clientes que estén registrados en la página de internet, aplicaciones o medios digitales de la alcaldía correspondiente. Por ejemplo: Coronapp y Medellín me cuida <http://aldm.co/iXCrk12> <http://aldm.co/iZICL1X>
- Todas las personas deberán pasar primero por el lavado de manos antes de ingresar al CAF



- Los usuarios deben reservar su sesión de entrenamiento previamente por la aplicación digital que se puede descargar por la plataforma de appstore o playstore “ACTION FITNESS”. Al acercarse la hora del entrenamiento, enviamos un mail con un código QR que permitirá el acceso por el torniquete. Este código se leerá con un sensor que se encuentra en el torniquete de ingreso que se encuentran en todas nuestras sedes antes de entrar a las instalaciones.
- Al momento de agendamiento por los canales digitales se hará una encuesta específica con factores de comorbilidad (hipertensión, diabetes, enfermedades cardiovasculares, EPOC e inmunodeficiencia) las preguntas que se emitirán para poder agendar la cita de entrenamiento serán

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 11 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020



- Se establece un “Flujograma de atención” definiendo el paso a paso para el ingreso de usuarios y colaboradores a las instalaciones.
- Se instalarán marcaciones para controlar la distancia física mínima de 2 metros y que no haya aglomeración en la entrada.



Esta señalética se encuentra ubicada cada dos metros marcando los puntos de donde los usuarios deberán esperar para conservar la distancia segura de 2 metros.

- Inicialmente y hasta que la Alcaldía lo permita, estará restringido el acceso a las sedes a personas que conforman el grupo de **alto riesgo** en temas de COVID-19.
- Se verificará la temperatura de cada persona antes de ingresar por medio de un sensor laser que se encuentra en el mismo punto donde se leerá el código QR para verificar la viabilidad del estado de salud de la persona y de esta manera permitir o rechazar su ingreso.



	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 12 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

- la circulación del aire se garantizará por medio de nuestro sistema de aire acondicionado que funciona bajo el sistema de recambio de aire, para favorecer el recambio de aire en dentro de las instalaciones del CAF.
- El counter contara además con una barrera física en acrílico para garantizar la seguridad entre usuarios y asesoras comerciales.

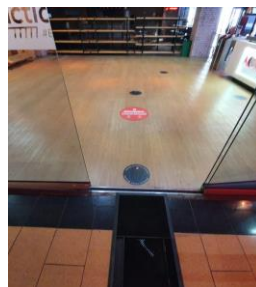


- Los lugares cerrados contarán un letrero indicando el aforo máximo disponible en la zona



7.1.1. PROTOCOLO DE DESINFECCION

- Se dispondrá un tapete de desinfección líquido con una solución de amonio cuaternario para acceso a las sedes.



- Se dispondrá de alcohol glicerinado al ingreso de las sedes y en el interior de las instalaciones.

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 13 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020



- Se dispondrá de un lavamanos antes del ingreso al CAF.



- Se garantizará la existencia de jabón líquido y toallas desechables en los baños.
- Se dispondrá de recipientes adecuados (canecas cerradas con accionamiento de pedal, y debidamente rotuladas) para la disposición final de los elementos de bioseguridad, utilizados por el personal, que sean de un solo uso o desechables. Los recipientes serán de color negro y asimismo llevarán doble bolsa negra y dichas bolsas se encontrarán rotuladas.



- Las maquinas de la zona cardiovascular que se encuentren desinfectadas por nuestro personal portaran un letrero como el que se muestra a continuación



	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 14 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

7.1.2. EQUIPOS DE BIOSEGURIDAD

Para acceder a las instalaciones y durante las sesiones de entrenamiento cada usuario deberá portar los elementos de bioseguridad:

- Uso de tapabocas correctamente el cual debe contar con todas las características mínimas recomendadas por el ministerio de salud
- Portar toalla de manera individual
- Portar termo para hidratación de manera individual.
- Para recordar y hacer énfasis especial de la responsabilidad de cada usuario con la desinfección previa del equipo a usar, las maquinas especialmente las de la zona cardiovascular se encuentran marcadas con la señalización indicando los deberes que tendrán para disfrutar de un entrenamiento seguro en el CAF



7.2. ZONAS HUMEDAS

- Los lavamanos y sanitarios se mantienen activados con alternancia y pasan por proceso de desinfección posterior al uso en cada sesión de entrenamiento.
- Inhabilitación de casilleros por medio de alternancia.



- Las zonas húmedas de alto riesgo serán deshabilitadas: Duchas, Sauna, turco, Jacuzzi, Piscina.

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 15 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020



7.3. AFORO MAXIMO

Se debe reducir el aforo de la instalación garantizando el distanciamiento físico mínimo de 12.6 metros y hasta nuevas reglamentaciones por parte del gobierno, se mantendrá un aforo máximo en la primera fase de **50 personas**, entre las personas dentro de las instalaciones, tomando las siguientes medidas:

Para una fase posterior este será el aforo máximo respetando una distancia de 12.6 m2

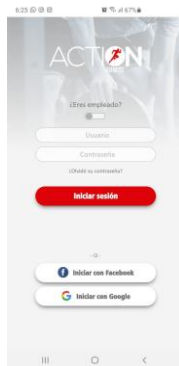
SEDE	M2	M2 DE LA SEDE / m2 DE DISTANCIAMIENTO
Manrique	1200	$\frac{1200}{12.6} = 95$
Castilla	1600	$\frac{1600}{12.6} = 126$
Colombia	1500	$\frac{1500}{12.6} = 119$
América	1700	$\frac{1700}{12.6} = 134$
Buenos aires	1600	$\frac{1600}{12.6} = 126$
Monterrey	1700	1700

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 16 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

		$\frac{\quad}{12.6} = 134$
Palmas	1600	$\frac{1600}{12.6} = 126$
Santa fe	2800	$\frac{2800}{12.6} = 222$
Campestre	1600	$\frac{1600}{12.6} = 126$
Envigado	1500	$\frac{1500}{12.6} = 119$
Alquería	1600	$\frac{1600}{12.6} = 126$
Edén	2600	$\frac{2600}{12.6} = 206$
Hayuelos	1700	$\frac{1700}{12.6} = 134$
Calle 80	1700	$\frac{1700}{12.6} = 134$
Carnaval	1700	$\frac{1700}{12.6} = 134$

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 17 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

- Los usuarios deben reservar su sesión de entrenamiento previamente por canales digitales no presenciales, teléfono



- Mediante la reserva del entrenamiento se controlará la cantidad de usuarios por sesión para garantizar el distanciamiento físico.
- Inhabilitación parcial de máquinas y equipos



- Separación o alternancia de máquinas y equipos
- Marcaciones en el suelo



- Delimitar las zonas de espera para evitar la aproximación entre afiliados con las distancias mínimas requeridas de 2 metros.

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 18 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020



- Limitar el aforo de las clases grupales, garantizando un espacio mínimo de 3m² por usuario incluyendo este mismo espacio para el profesor (demarcado en el suelo).



- Reducir el aforo de los baños para garantizar el distanciamiento mínimo.
- Inhabilitación de casilleros por medio de alternancia.



8. ETAPAS DE APERTURA POR ZONAS

ETAPA I (duración 30 días)		
ESPACIO	PRESENCIA DE PERSONAS	STATUS
RECEPCIÓN	Usuarios y colaboradores	Habilitado con distanciamiento entre máquinas de 2 metros, además de inhabilitación de máquinas en los casos que no se pudo distanciar, además de instalación de información visual
CARDIO	Usuarios y colaboradores	
MUSCULACIÓN		
PESO LIBRE		

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 19 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

ÁREAS FUNCIONALES		y auditiva para recordar la conciencia del distanciamiento social.
CONSULTORIO		
BAÑOS - LAVAMANOS		
BAÑOS - SANITARIOS		
CAFÉ EMPLEADOS		
CUARTOS TÉCNICOS	Colaboradores	Zonas inhabilitadas
BAÑOS – DUCHAS	Usuarios y colaboradores	
SALÓN CYCLING		
SALÓN GRUPAL		
BEBEDEROS		
ZONAS HUMEDAS		

SEDE	TIPO DE VENTILACION
Manrique	Circulación natural de aire
Castilla	Circulación natural de aire
Colombia	Renovación de aire
América	Circulación natural de aire
Monterrey	Circulación natural de aire
Palmas	Renovación de aire
Santa fe	Circulación natural de aire
Campestre	Renovación de aire
Envigado	Circulación natural de aire
Vegas	Aire acondicionado con renovación de aire

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 20 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

	Buenos aires	Circulación natural de aire	
	Alquería	Renovación de aire	
	Cc el edén	Renovación de aire	
	Hayuelos	Renovación de aire	
	Calle 80	Renovación de aire	
	Carnaval	Aire acondicionado con renovación de aire	

ETAPA II
A partir de la evaluación de los resultados en los primeros treinta días de la Etapa I y la aplicación de las lecciones aprendidas se procederá a habilitar todos los espacios de los gimnasios, aplicando las normas de bioseguridad y distanciamiento físico

9. PLAN DE COMUNICACIONES

Se divulgará información educativa e informativa relacionada con el COVID 19 referente a los siguientes aspectos:

- Prevención, propagación y atención de COVID -19
- Identificación de síntomas
- Comportamiento dentro de las sedes
- Normativa dentro de las sedes
- Videos autorizados de las entidades gubernamentales
- Motivación a los usuarios a evitar el uso de transporte masivo para llegar a las sedes. Promover, en cambio, el uso de bicicletas, patinetas y la caminata misma.

Se transmitirá a través de los siguientes medios:

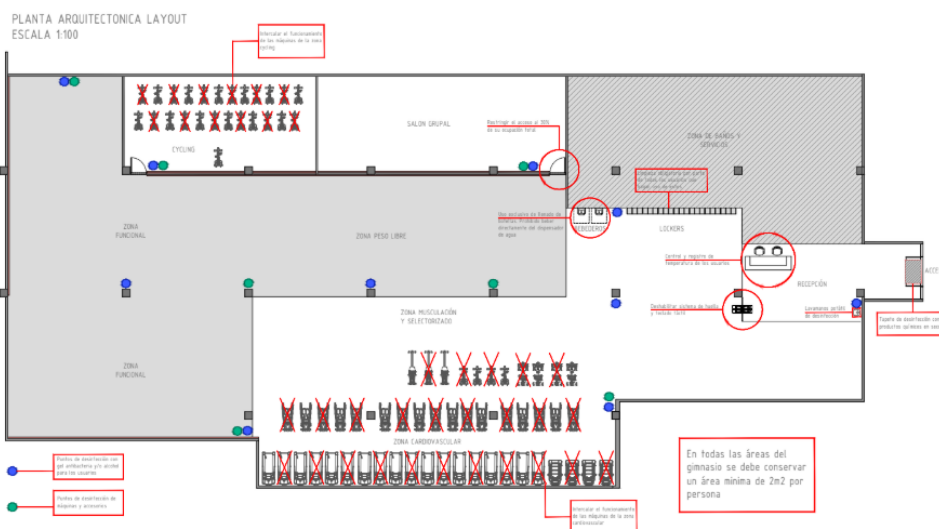
- **Videos:** Se reproducirán en los televisores de las sedes y serán compartidos por los canales de comunicación con los usuarios
- **Carteleros:** En todos los espacios dentro de las sedes y en las oficinas.
- **Audios:** Por medio del perifoneo dentro de las sedes
- **Correos electrónicos:** A través de la base de datos de los usuarios y colaboradores.

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 21 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

- **Comunicaciones informativas:** Envío de comunicaciones informativas y preventivas a afiliados y empleados, y a través de nuestras redes sociales y medios de difusión.
- **Elementos de señalización:** En todos los espacios dentro de las sedes y en las oficinas.
- **Charlas informativas periódicas:** Con los colaboradores y personal que preste sus servicios en las empresas respecto de la implementación de medidas de prevención (distancia social, correcto lavado de manos, cubrimiento de nariz y boca con el codo al toser), uso adecuado de elementos de protección personal e identificación de síntomas (fiebre, tos seca y dificultad para respirar). Cuando sean presenciales, estas actividades deben realizarse en grupos no mayores de cinco (5) personas, garantizando la distancia permitida.

10. DEFINICION DE ESPACIOS

A continuación, se muestra esquema con espacios ejemplos de espacios existentes en gimnasios, centros médicos deportivos y demás instituciones del sector



Zona de toma de temperatura y validación de entrada



Amonio cuaternario para máquinas y accesorios



Puntos de desinfección con alcohol glicerinado al 70%



Canecas para disposición final guantes y tapabocas



Lavado de manos con agua y jabón



Almacenamiento de productos químicos

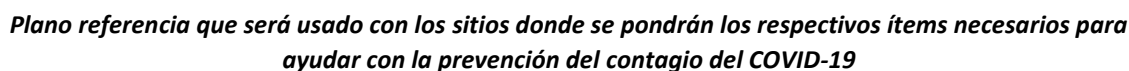


Sitios inhabilitados



Sitio de aislamiento





- **INFORMARSE:** orientar a los trabajadores para que se informen acerca de la prevención únicamente de fuentes oficiales y evitar la divulgación de información que proyecte miedo o pánico generalizado.
- **PREVENCIÓN:** si hay personal con resfriado, tos, gripa o presenta síntomas como fiebre o dificultad para respirar, no debe presentarse al trabajo, debe notificar sus síntomas a la EPS correspondiente y debe reportar al jefe inmediato su condición para que se reintegre a la labor una vez esté recuperado o la EPS lo indique. Limitar el trabajo presencial a personas

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 23 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

mayores de 60 años, mujeres embarazadas y personas que tengan factores que los hacen vulnerables al COVID-19 (trabajo en casa).

- Evitar reuniones presenciales. Usar para ello herramientas tecnológicas u otros canales de comunicación. En caso de realizar una reunión presencial, asegurar un distanciamiento de 2 metros entre las personas y la ventilación del área.
 - Diligenciar la encuesta de condiciones de salud y antecedentes personales y grupo familiar, que será enviada a cada colaborador para ser remitida al jefe según indicación.
- a) **Autorizar el trabajo remoto o trabajo en casa:** en lo posible se adoptará como mecanismo para evitar el contagio masivo, las personas con antecedentes personales por enfermedad, embarazadas y adultos mayores deberán ejecutar actividades de trabajo remoto o trabajo en casa de acuerdo con las indicaciones del Jefe Inmediato y se enviará la evidencia de la labor realizada, para cumplir en términos de aislamiento social preventivo.
- b) **Horarios de trabajo:**
- Personal de Mantenimiento y/o proveedores: se programará con el jefe del área de acuerdo con la cantidad de personas que tenga establecido para evitar aglomeraciones. En horas pico de las sedes se debe evitar la realización de trabajos.
- c) **Horarios de descanso:**

TURNO 5:00 AM – 1:30 PM		
Horario descanso	Cargo	Turno
8:30 am – 8:45 am	Asesora comercial	PRIMER DESCANSO
8:45 am – 9:00 am	Entrenador	
9:00 am – 9:15 am	Personal de aseo	
12:00 pm – 12:15 pm	Asesora comercial	SEGUNDO DESCANSO
12:15 pm – 12:30 pm	Entrenador	
12:30 pm – 12:45 pm	Personal de aseo	
TURNO 1:30 PM – 10:00 PM		
Horario descanso	Cargo	Turno
3:30 pm – 3:45 pm	Asesora comercial	

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 24 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

3:45 pm – 4:00 pm	Entrenador	PRIMER DESCANSO
4:00 pm – 4:15 pm	Personal de aseo	
8:00 pm – 8:15 pm	Asesora comercial	SEGUNDO DESCANSO
8:15 pm – 8:30 pm	Entrenador	
8:30 pm – 8:45 pm	Personal de aseo	

d) Aforo máximo en el cafetín

En el cafetín solo está permitido la permanencia de una persona, la entrada al cafetín será solo en el horario permitido, establecido y divulgado por el gerente de sede.

e) Limpieza y desinfección

El personal que ingrese al cafetín deberá realizar limpieza y desinfección del área que utilizó, con el spray que estará ubicado dentro del cafetín, que contiene amonio cuaternario.

11.2. AL SALIR DE CASA

1. Estar atento a las indicaciones de las autoridades sobre la movilidad, en cada ciudad.
2. Al salir de casa debe usar siempre tapabocas (al ponerse el tapabocas tener las manos limpias, cubrir boca y nariz, asegurándose que no queden espacios, presione el ajuste metálico en la nariz para dar la forma).
3. Use chaquetas, blusas de manga larga.
4. Para el trayecto en el transporte público dejar una distancia de dos metros en lo posible, no se debe llevar las manos a los ojos, cara o boca, aunque porte guantes.
5. Si usa taxi para llegar al trabajo, portar el tapabocas es esencial. Si usa carro particular limpie las manillas de las puertas, el timón, palanca de cambios, hebilla de cinturón de seguridad, comandos del vehículo, radios, etc., con alcohol de concentración de 60% o más.
6. Si emplea su bicicleta, use guantes durante el recorrido, desinfecte con regularidad el manubrio y los elementos de seguridad (casco, gafas, rodilleras, etc.).
7. Evite usar joyas o aretes largos en los cuales pueda albergarse el virus. Para quienes tienen el cabello largo, se recomienda que esté siempre recogido. Lleve un frasco de alcohol preferiblemente aerosol y/o gel para que mantenga como parte de sus provisiones personales.
8. Evite sacar su celular durante el trayecto en el transporte público.

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 25 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020



Esta información estará ubicada en el interior del cuarto para descanso de los empleados

11.3. AL REGRESAR A CASA

1. Previamente defina en la entrada de su vivienda un espacio donde dispondrá los elementos que lleva y dejarlos en la “zona sucia”.
2. Cuando ingrese a la vivienda, quítese los zapatos y lave la suela con agua y jabón. Importante que rocíe alcohol dejándolos en la zona definida con anterioridad.
3. Antes de tener contacto con los miembros de su familia, ponga a lavar su ropa y, en lo posible, dúchese. Si no puede hacerlo, lávese las zonas que expuso en su salida: manos, muñecas, cara, cuello, etc.
4. Mantenga separada la ropa de trabajo, de las prendas personales.
5. Lave sus manos de acuerdo con los protocolos.
6. Desinfecte los elementos que han sido manipulados al exterior de la vivienda (celular, llaves, bolso, etc.).
7. Deje bolsos, carteras y llaves dentro de una caja en la entrada.
8. Limpie con alcohol o desinfectante las superficies de lo que haya traído de afuera: bolsas, paquetes, etc.
9. Limpie con especial detalle su celular, gafas y en general todos los elementos que necesita usar dentro de casa.

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 26 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020



Esta información estará ubicada en el interior del cuarto para descanso de los empleados

11.4. CONVIVENCIA CON UNA PERSONA DE ALTO RIESGO

Si el trabajador convive con personas mayores de 60 años, o con personas con enfermedades preexistentes de alto riesgo para el COVID-19, (Diabetes, Enfermedad cardiovascular, hipertensión arterial, accidentes cerebrovasculares, VIH, cáncer, uso de corticoides o inmunosupresores, enfermedades pulmonares obstructivas mal nutrición como obesidad o desnutrición) Fumadores o con personal de servicios de salud, debe extremar medidas de precaución tales como:

- Mantener siempre una distancia de mínimo 2 metros
- Utilizar tapabocas en casa, especialmente al encontrarse en un mismo espacio que la persona a riesgo y al cocinar y servir la comida.
- Aumentar la ventilación del hogar.
- Si es posible asignar un baño y habitación individual para la persona a riesgo, si no es posible, aumentar la ventilación y limpieza y desinfección de superficies de todas las áreas del hogar.
- Cumplir a cabalidad con las recomendaciones de lavado de manos e higiene respiratoria impartidas por el ministerio de salud y protección social.
- Lavar y desinfectar en forma regular pisos, paredes, puertas y ventanas e incrementar estas actividades en las superficies de los closets, roperos, armarios, barandas, pasamanos, picaportes, interruptores de luz, puertas, gavetas, topes de puertas, muebles, juguetes, bicicletas, y todos aquellos elementos con los cuales las personas de la familia tienen constante contacto directo.

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 27 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

- La limpieza y desinfección debe realizarse procurando seguir los pasos: - retirar el polvo - lavado con agua y jabón - enjuague con agua limpia - desinfección con productos de uso doméstico.
- Limpiar y desinfectar todo aquello que haya estado en el exterior de la vivienda o que es de manipulación diaria, como computadores, mouse, teclados, celulares, teléfonos fijos, control remoto, otros equipos electrónicos de uso frecuente, que se limpian empleando un paño limpio impregnado de alcohol al 70% o con agua y jabón, teniendo precaución para no averiarlos
- Lavar con regularidad fundas, sabanas, toallas, etc.
- Utilizar guantes para manipular la ropa, evitar sacudir la ropa y no permitir el contacto de esa ropa con el cuerpo.

11.5. NORMAS DE BIOSEGURIDAD PARA EMPLEADOS Y CUIDADOS DURANTE LA JORNADA

1. Verificación de cuestionario y que se genere QR para la detección temprana de síntomas respiratorios relacionados con el COVID 19, Se realizará de manera diaria a través de la aplicación de ACTION FITNESS.
2. Antes de iniciar la jornada se realizará diariamente la medición de temperatura a todo el personal.
3. Antes de ingresar a las instalaciones o iniciar labores, realizar el protocolo de lavado de manos.
4. Mantener el lugar de trabajo en óptimas condiciones de higiene y aseo utilizando la solución con amonio cuaternario que se encuentra de manera accesible en todo el CAF.
5. Al iniciar la jornada, procurar llegar con anticipación para no tener aglomeración en el registro de llegada.
6. Utilizar adecuadamente la dotación.
7. No salude con besos o abrazos, ni de la mano a sus compañeros de trabajo y usuarios, Conserve el distanciamiento de seguridad de al menos 2 metros.
8. Una vez en su puesto de trabajo, antes de iniciar las labores, diríjase al baño y retire el tapabocas. Para quitarse la mascarilla recuerde retirarla desde la parte de atrás, por las tiras. No toque la parte delantera de la mascarilla y deposítala inmediatamente en un recipiente cerrado.
9. Posteriormente, lávese las manos con agua y jabón durante 20 segundos.
10. Una vez en su puesto de trabajo, con los elementos que fueron entregados, realice la desinfección de toda el área de trabajo (mesa, computador, teclado, mouse, celular, lapicero, cuaderno, etc.).

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 28 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

11. Durante la jornada de trabajo, lávese las manos cada 2 horas.
12. El uso del tapabocas durante la jornada de trabajo es OBLIGATORIO.
13. Evite el contacto con sus compañeros de trabajo. Guarde una distancia de dos (2) metros.
14. Si presenta algún síntoma respiratorio, debe reportarlo oportunamente a su jefe inmediato y al personal de [Seguridad y Salud en el Trabajo](#) los cuales le indicaran si debe o no asistir a tras el parte médico.
15. No fumar, beber y/o comer cualquier alimento en el sitio de trabajo.
16. No guardar alimentos en los puestos de trabajo fuera del lugar destinado para ello.
17. Las uñas deben estar cortas.
18. Llevar el cabello corto o recogido para su labor.
19. No realizar aglomeración. En hora de salida utilizar escaleras conservando distancia.
20. No se pueden prestar implementos como esferos, hojas, material de oficina, etc.
21. Las personas que por motivos laborales deban asistir a las instalaciones y hayan viajado a Europa, EE. UU. o Asia en el presente año, es mejor recomendar realizar trabajo remoto o en casa por un periodo de 20 días.
22. Para la atención de los clientes, en el área de recepción se debe disponer de gel antibacterial y alcohol al 60%, y se deben lavar las manos al menos cada hora. Después de cada atención se deberá limpiar las manos, esfero, teléfono, superficie de trabajo, entre otros. Igualmente, en esta área estarán publicados los datos de contactos telefónicos y correos para el reporte en casos de sospecha de caso positivo de COVID-19.
23. No se permitirá el ingreso de clientes o colaboradores que presenten algunos de los siguientes síntomas: fiebre mayor a 37.5°, dolor de cabeza, tos, dificultad para respirar o dolor de articulaciones.
24. El uniforme o vestuario de trabajo, debe ser llevado en un morral o bolsa limpia durante los desplazamientos. Solo está autorizado su uso dentro de las instalaciones. Al terminar las labores, el personal debe cambiarse, guardar sus prendas de dotación y salir con su vestuario de calle.
25. La ropa y pertenencias personales de los colaboradores deberán estar almacenados en un morral cerrado y este a su vez guardado en casilleros determinados para evitar contaminación.
26. Uso permanente de bata para el personal del área médica, ropa y calzado adecuados durante el tiempo de trabajo para todos los colaboradores.

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 29 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020



Esta información estará ubicada en el interior del cuarto para descanso de los empleados

11.6. MODIFICACIONES AL SG-SST PARA EL CAF.

De acuerdo con la resolución 666 de 2020 del Ministerio de Salud y Protección Social y atendiendo al comunicado del 18 de marzo de 2020 de la OIT sobre las medidas necesarias para:

- proteger a los trabajadores y empleadores y sus familias de los riesgos para la salud generados por el coronavirus COVID-19;
- proteger a los trabajadores en el lugar de trabajo;
- estimular la economía y el empleo,
- sostener los puestos trabajo y los ingresos, con el propósito respetar los derechos laborales, mitigar los impactos negativos y lograr una recuperación rápida y sostenida. Los gimnasios, centros médicos deportivos y demás instituciones del sector han decidido incorporar las siguientes modificaciones a su Sistema de Seguridad y Salud en el trabajo.

11.6.1. USO DE ZONAS COMUNES

➤ BAÑOS

- Lavar las manos con agua y jabón antes y después de su uso.
- Disponer los residuos sin tocar la caneca, usar el pedal de la papelera.

➤ COCINA

- Cumplir con los horarios dispuestos para el almuerzo y los descansos.
- Lavar las manos antes y después del almuerzo.

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 30 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

3. Al sentarse al almuerzo o refrigerio, guardar una distancia de dos (2) metros entre compañeros y salir en los horarios previamente establecidos.
4. Promover el uso de utensilios exclusivamente personal.
5. Para el uso del microondas o neveras, deberá realizar el lavado de manos previo y desinfección de las áreas de contacto posterior con el gel antibacterial y toalla, en las manijas de estos electrodomésticos.
6. Para la dispensación de agua, evitar que el borde del termo o vaso tenga contacto directo con el dispensador.

➤ **ESCALERAS**

7. Evite tocar barandas, pasamanos, perillas y manijas; si es posible, empuje las puertas con el codo.
8. Evite recostarse en paredes, rejas o, incluso, escaleras eléctricas.

11.7. INDUCCIÓN ARL PARA REAPERTURA Y CAPACITACIÓN PARA EMPLEADOS

Las capacitaciones se realizarán con la intervención de la ARL y los temas que se tratarán para el personal serán:

TEMA	RESPONSABLE
Protocolo de manejo de COVID en Action	Coordinadora SST
Protocolo de entrada y salida del CAF	Coordinadora SST
Uso adecuado de los epp	Coordinadora SST
Protocolo para atención de usuarios	Coordinadora SST y Gerente de sede
Protocolo de vestimenta,	Coordinadora SST
Bioseguridad	Coordinadora SST y/o ARL
Desinfectantes que se van a usar	Coordinadora SST y Gerencia de operaciones
Signos y síntomas y como notificar la enfermedad propia y de un compañero y/o usuario	Coordinadora SST y Gerente de sede
Reinducción sst	Coordinadora SST

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 31 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

PREVENCIÓN Y SITUACIONES DE RIESGO DE CONTAGIO EN LOS CAF.

11.7.1. MEDIOS DE COMUNICACIÓN

- Los medios de comunicación que se usaran son: WhatsApp, redes sociales, televisores de las sedes (aproximadamente 10 por sede), Pantallas led, Tableros informativos y señalética.
- Se difundirá información periódica a los empleados y a todo el personal respecto de la implementación de medidas de prevención (distanciamiento físico, correcto lavado de manos, cubrimiento de nariz y boca con el codo al toser).
- Uso correcto de los EPP.
- Identificación de síntomas.
- Reporte de síntomas
- Como desinfectar equipos
- Promover el uso de la aplicación Coronapp a todos los empleados.

11.7.2. MONITOREO DE SÍNTOMAS DE CONTAGIO COVID-19 ENTRE LOS TRABAJADORES.

- Reporte diario de ingresos a sede con identificación de personal.
- Toma de temperatura al ingreso a través de termómetro laser libre de contacto.
- Disponibilidad de canal de comunicación para consulta sobre síntomas y signos físicos relacionados con COVID-19

11.7.3. PASOS PARA SEGUIR EN CASOS SOSPECHOSOS

Al momento de identificar un caso como sospechoso se deben cumplir las siguientes instrucciones:

- Llame a la EPS a la cual se encuentre afiliado, Línea 123, a la línea de WhatsApp de la Gobernación de Antioquia (321) 8533928 o remítase al listado de telefónico de acuerdo con su ubicación geográfica:
<https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/PET/Documents/coronavirus-telefonos.pdf>
- Cumplir con la guía definida por el ministerio de salud
(<https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/PET/Documents/LINEAMIENTOS%20PARA%20EL%20TRANSPORTE%20ASISTENCIAL%20DE%20PACIENTES%20SOSPECHOSOS%20O%20CONFIRMADOS%20COVID%2019%20Versio%cc%81n%202.pdf>)
- Informar al jefe inmediato, en caso de que sea un colaborador. En caso de que sea un usuario, reporte al Gerente de la Sede y este, a su vez, notificará al área de RRHH- SST.
- Aislar a la persona con caso sospechoso en el consultorio de la sede destinado para ello.
- Llame a Emi para realizar una atención básica primaria, y posterior a esto realice la desinfección completa del área de aislamiento.

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 32 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

11.7.4. PASOS PARA SEGUIR EN CASOS POSITIVOS DE CONTAGIO.

- En caso de contar con la confirmación oficial de positivo para COVID-19, se deberá solicitar a los responsables el listado del personal con que esta persona haya tenido contacto en los últimos quince (15) días, así como informar de los espacios y lugares en los que la persona haya realizado sus actividades.
- Los espacios en los que la persona haya trabajado o realizado actividades deberán ser desinfectados por personal debidamente protegido con guantes, tapabocas, monogafas y realizar aspersión para garantizar cubrir todos los elementos y maquinaria del área.
- El resto del personal (que no haya tenido contacto con el caso positivo) deberá ser monitoreado. En caso de presentar síntomas, deberá atender lo indicado en el Protocolo.

12. PROVEEDORES

El manual de convivencia o protocolo de operatividad se generará de forma digital y física e incluirá la siguiente información

- Uso de elementos individuales de entrenamiento tales como toalla, hidratación.
- Los proveedores únicamente podrán ingresar en los horarios establecidos para ellos como horas de bajo flujo de usuarios como lo es de 9:00 am a 3:00 pm

13. LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

Se realizará la limpieza y desinfección de los espacios de acuerdo con el siguiente esquema

TIPO DE PROCEDIMIENTO	FRECUENCIA (propuesta)	PRODUCTO DESINFECCION (sugeridos)	HERRAMIENTAS	DESCRIPCION
Limpieza y desinfección Constante	Cada hora entre las sesiones de entrenamiento y al término de clases grupales	Amonio Cuaternario	Atomizadores, toallas desechables, paños de tela. Distribuidos en todos los espacios de las sedes	Se invita a los usuarios y colaboradores a realizar la limpieza y desinfección del equipo o máquina más cercano que se esté utilizando

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 33 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

Limpeza y desinfección Intermedia	Tres (3) veces al día (mañana, tarde y al cierre)	Amonio Cuaternario Alcoholes y Fenoles Hipoclorito de sodio Clorohexidina	Paños húmedos, mopas, traperas	Se realiza a puerta cerrada Lo realizan los colaboradores, personal de servicios generales y mantenimiento
Limpeza y desinfección Profunda	Semanalmente	Dióxido de cloro (Diox-Oro)	Bomba de aspersión y herramientas de limpieza	Se realiza a puerta cerrada Lo realiza personal calificado de mantenimiento

13.1. MEDIDAS GENERALES

- El personal de servicios generales que realiza la limpieza y desinfección cuenta con los elementos de protección personal (deben usar monogafas, guantes, delantal y tapabocas) de uso individual.
- Se realiza la limpieza de áreas y superficies retirando el polvo y la suciedad, con el fin de lograr una desinfección efectiva.
- Los paños utilizados para realizar la limpieza y desinfección deben estar limpios.
- El personal de servicios generales debe lavar sus manos antes y después de realizar las tareas de limpieza y desinfección, así mismo debe utilizar guantes y seguir las recomendaciones del fabricante de los insumos a utilizar.
- El personal de servicios generales debe garantizar que el proceso de limpieza y desinfección sea seguro y con los elementos necesarios según las áreas o zonas específicas. Adicional, también garantizará que los productos con los que realizan estos procesos cumplen con la reglamentación colombiana (fichas técnicas, hojas de seguridad y registros Invima).
- Los guantes que se utilizan son reutilizables, estos deben ser lavados en su exterior con el mismo desinfectante limpio con que se realiza la desinfección de superficies y se dejan secar en un lugar ventilado.
- Cuando el personal de servicios generales termine su turno debe lavarse las manos y cambiarse el uniforme.
- Diariamente, Al momento del cierre, todas las zonas de entrenamiento, zonas comunes, corredores, puertas, baños, camerinos, barandas, mesas y asientos de las instalaciones, serán

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 34 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

lavados con agua y jabón y posteriormente desinfectados con productos de uso doméstico o industrial, tales como hipoclorito al 5%. También se podrá utilizar procesos de nebulización con agua y amonio cuaternario.

- Adicionalmente, durante el día, permanentemente se estarán haciendo jornadas de limpieza y desinfección, de todas las áreas de entrenamiento. La limpieza y desinfección de puestos de trabajo, superficies, elementos, herramientas y equipos de trabajo debe ser con una periodicidad según la tabla de desinfección 11.
- Elaboración de fichas técnicas e instructivas sobre los procesos de limpieza y desinfección. (protocolo visual de limpieza).
- Se debe aumentar la frecuencia de recolección de residuos sólidos de las sedes, áreas comunes y áreas de baños.
- Todos los procedimientos de limpieza y desinfección (check list de zonas) deberán registrarse de manera física y archivarse para su control y consulta. Debe garantizarse que aquellos encargados del registro cuenten con lapiceros de uso individuales y que estos no sean compartidos entre los colaboradores.

13.2. ELEMENTOS DE PROTECCION PERSONAL POR CARGO

EPP	IMAGEN REFERENCIA	CARGO
Guantes		Personal de aseo
Tapabocas		Entrenadores, asesoras comerciales, gerente de sede, personal de aseo y mantenimiento
Uniforme		Entrenadores, asesoras comerciales, gerente de sede, personal de aseo y mantenimiento

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 35 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

Careta		Asesoras comerciales, gerente de sede,
--------	---	---

13.3. MANIPULACIÓN DE INSUMOS Y PRODUCTOS

13.3.1. QUIMICOS QUE SE USARAN

- **DESINFECCIÓN DE NIVEL INTERMEDIO:** Hipoclorito de sodio, proceso mediante el cual se eliminan formas vegetativas de bacterias incluyendo Mycobacterium tuberculosis, virus, hongos, pero no necesariamente las formas esporuladas.

Para los procesos de limpieza de áreas, se encuentra el **HIPOCLORITO DE SODIO**. Con esta sustancia se debe tener en cuenta:

- Manipular con elementos de protección personal.
- Realizar preparación diaria.
- El tiempo de duración de la preparación varía según las condiciones de almacenamiento.
- Se inactiva por la luz, calor y por materia orgánica.
- Se debe desechar después del uso.
- Es corrosivo.
- Se debe determinar la concentración y dilución adecuada.
- La fórmula expresada a continuación es uno de los métodos que permite establecer la dilución para el manejo del hipoclorito de sodio; los gimnasios, centros médicos deportivos y demás instituciones del sector podrán encontrar otras fórmulas que aplique para su preparación.
- **DESINFECCIÓN DE BAJO NIVEL:** proceso mediante el cual se elimina la mayoría de las bacterias, algunos virus, algunos hongos, pero no microorganismos resistentes como el bacilo de la tuberculosis o esporas bacterianas.
- **AMONIO CUATERNARIO:** es un producto profesionalmente diseñado como bactericida, fungicida y virucida, contiene amonios cuaternarios de quinta generación que eliminan virus y bacterias de forma rápida y eficiente.

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 36 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

13.3.2. ALMACENAMIENTO

- Los estantes deben ser de material plástico y deben estar anclados a la pared
- Todos los insumos y productos debidamente marcados y organizados
- Los EEP deben estar marcados con el nombre de cada persona de servicios generales
- Los protocolos de limpieza y desinfección de las áreas deben estar publicados para fácil control
- Dentro del cuarto de aseo se deben conservar las siguientes carpetas:
 - o Carpeta con las hojas de seguridad, fichas técnicas y registros Invima de los productos de limpieza
 - o Carpeta de RH1 (formato de control de generación de residuos de la sede)
- además, afuera del cuarto de almacenamiento se podrá siempre encontrar el extintor multipropósito para el manejo adecuado ante alguna emergencia

13.4. MANEJO DE RESIDUOS

En todas las sedes se dispone de contenedores con la identificación de los diferentes residuos que se generan.

- Caneca gris para papeles y
- Caneca verde para residuos ordinarios
- Caneca negra con doble bolsa negra para disposición final de epp.
- Se debe realizar limpieza y desinfección de los contenedores según la frecuencia de recolección externa.
- Caneca azul para botellas plásticas
- Cada vez que se realice el proceso de “descanecado” haciendo uso de todos los EPP debajo enunciados, se deberá realizar el procedimiento de higiene de manos.

13.4.1. RECOLECCION DE RESIDUOS

SEDE	DIAS DE RECOLECCION
Manrique	Todos los días
Castilla	Todos los días
Colombia	Todos los días
América	Todos los días
Monterrey	Todos los días
Santa fe	Todos los días

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 37 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

Palmas	Todos los días
Campestre	Martes - viernes
Envigado	Todos los días
Buenos aires	Todos los días
Edén	Todos los días
Vegas	Todos los días
Calle 80	Todos los días
Hayuelos	Todos los días
Alquería	Todos los días
Carnaval	Todos los días

○ LIMPIEZA Y DESINFECCION DE ÁREAS Y SUPERFICIES

En los CAF hay gérmenes patógenos presentes en los elementos o equipos sucios o contaminados cercanos al usuario que se pueden comportar como reservorios o fuentes de infección.

Clasificación de áreas:

Áreas semicríticas	Áreas no críticas
Comprende consultorios, baños de pacientes y unidad técnica de almacenamiento de residuos.	Vestuarios, dependencias administrativas, pasillos principales, salas de espera, área de servicio cardiovascular, clases, indoor Cycling y musculación, baños públicos y del personal, servicios de mantenimiento y limpieza y aseo

13.5. PROCEDIMIENTOS DE LIMPIEZA Y DESINFECCION

Fichas de procedimiento de limpieza y desinfección

4. Limpieza y Desinfección de Áreas Comunes (máquinas, áreas de oficinas, salas, muebles, sillas, pasamanos, barandas, puertas, perillas)

Zona cardiovascular

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 38 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

Colocar la señalización preventiva e informativa antes de iniciar con la limpieza de las zonas para evitar que las personas que circulen sufran algún accidente.

Realizar la limpieza de los pisos laminados por debajo de las caminadoras o trotadoras dos veces por semana. Se debe prender la máquina y oprimir el botón de inclinación hasta el máximo nivel, y se procede a barrer retirando los residuos. Se debe tener especial cuidado con el cableado y la toma eléctrica; al finalizar se debe llevar la máquina a su posición normal.

La limpieza de las bandas de desplazamiento de las caminadoras o trotadoras debe realizarse con el Limpiador Desinfectante Cuaternario (Dilución: 200 mL de producto en 1L de agua) y con el trapero de zonas comunes.

Limpiar todas las máquinas cardiovasculares humedeciendo un paño de microfibra con una solución de Limpiador Desinfectante Cuaternario (Dilución: 200 mL de producto en 1L de agua), frotando todos los componentes en contacto con el usuario, teniendo en cuenta que estos no se deben aplicar directamente en la máquina sino en los paños destinados para este uso. Esta operación se realiza por cada turno, una por la mañana otra por la noche.

Las canastillas de la zona cardiovascular están provistas de atomizadores, debidamente marcados con los adhesivos, con el Desinfectante Especial (Germicida Ambientado), para que el Afiliado pueda realizar la limpieza antes y después de realizar su rutina de entrenamiento, aplicando el producto sobre dispensadores de toallas de papel.

Limpiar y retire de los porta-termos de las máquinas cardiovasculares cualquier tipo de suciedad o basura que haya sido dejado en ellos, con una solución de Limpiador Desinfectante Cuaternario (Dilución: 200 mL de producto en 1L de agua), frotando todos los componentes. Semanalmente deben retirarse los porta-termos de las elípticas que permitan hacerlo para ser lavados en el cuarto de aseo de la sede.

Tener en cuenta que las limpiezas profundas de las máquinas y equipos de acondicionamiento deben realizarse en horarios donde no haya alto tráfico en la sede, salvo situaciones especiales como exceso de polvo y tierra en los pasillos, derrame de líquidos en los pisos o cualquier otro evento que exija la intervención inmediata del personal de Servicios Generales, con sus implementos de aseo.

Clases Grupales, Indoor Cycling y salones

Colocar la señalización preventiva e informativa antes de iniciar con la limpieza de las zonas para evitar que las personas que circulen sufran algún accidente.

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 39 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

Conocer con antelación la programación diaria de las clases grupales, con el propósito de suspender la labor que estén realizando en cualquier zona de la sede, para permanecer 5 minutos antes de finalizar las clases indicadas, con los implementos e insumos necesarios y realizar la limpieza del salón.

Una vez el entrenador haya terminado de dictar su clase, debe invitar a los afiliados a salir rápidamente del salón para practicar el protocolo de aseo por parte del Auxiliar de Servicios Generales.

El Auxiliar de Servicios Generales debe ingresar y en 10 minutos máximo, realizar la limpieza del salón de clases grupales y del salón de Indoor Cycling, así:

Limpieza piso de caucho: quite el polvo y la suciedad barriendo con escoba de cerda suave. Elimine los residuos. Aplique una solución de Limpiador Desinfectante Cuaternario (Dilución: 200 mL de producto en 1L de agua) con un trapero muy bien escurrido que permita el secado en menos de 20 segundos.

Limpieza piso de caucho 100% reciclado y resina: En interiores aspirar o barrer, o para una limpieza profunda soplar con un soplador industrial, seguidamente trapear con una solución de agua con glicerina utilizando un trapero de fibra sintética.

Limpieza de colchonetas y balones: humedezca una esponja abrasiva con una solución de desengrasante Hidrosolvente (Dilución: 200 mL de producto en 1L de agua), frote el elemento y retire el producto con un paño húmedo. Coloque los elementos organizados en el sitio señalado “colchonetas limpias”.

Limpieza de bicicletas: limpie las bicicletas que se encuentren con el sillín abajo frotando la superficie con una solución de Limpiador Desinfectante Cuaternario (Dilución: 200 mL de producto en 1L de agua) y paño de microfibra.

Limpieza de tablero de planimetría: aplique con paño humedecido en una solución de Desengrasante Hidrosolvente (Dilución: 100 mL de producto en 1L de agua) sobre la superficie del tablero, retire con un paño húmedo con agua.

Limpieza de espejos: aplique sobre un paño limpio limpiavidrios, frote la superficie dando vuelta al paño en cada pasada.

Al finalizar la última clase grupal, el personal de servicios generales realizara limpieza de estas zonas al terminar la jornada.

Zona Musculación

Colocar la señalización preventiva e informativa antes de iniciar con la limpieza de las zonas para evitar que las personas que circulen sufran algún accidente.

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Página 40 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

Realizar de forma periódica, el aspirado y sellado de los pisos de caucho con los insumos adecuados para humectarlo, darle brillo y conservarlo, siguiendo las instrucciones a continuación:

- Aplique Removedor de Cera (dilución: 500 mL de producto en 1L de agua) para decapar el piso, refriegue con una escoba dura o máquina rotativa con pad café. Enjuague con un trapero de microfibra humedecido con agua. Deje secar y aplique Cera Cristal Auto brillante sin diluir, con un trapero de microfibra de tal forma que se forme una capa uniforme sobre el piso. Deje secar y aplique una nueva capa en dirección contraria a la anterior.
- Para mantener el brillo deseado utilice dos veces por semana el mantenedor (Dilución: 500 mL de producto en 1L de agua).

Limpie todas las máquinas humedeciendo un paño de microfibra con una solución de Limpiador Desinfectante Cuaternario (Dilución: 200 mL de producto en 1L de agua), frotando todos los componentes en contacto con el usuario, teniendo en cuenta que estos no se deben aplicar directamente en la máquina sino en los paños destinados para este uso. Esta operación se realiza por cada turno, una por la mañana otra por la noche.

Las canastillas de la zona cardiovascular están provistas de atomizadores, debidamente marcados con los adhesivos definidos por cada GIMNASIOS, CENTROS MÉDICOS DEPORTIVOS Y DEMÁS INSTITUCIONES DEL SECTOR con el Desinfectante Especial, para que el Afiliado pueda realizar la limpieza antes y después de realizar su rutina de entrenamiento, aplicando el producto sobre dispensadores de toallas de papel

Los pisos laminados deben limpiarse aplicando con trapero muy bien escurrido, casi seco, de zonas comunes una solución de multiusos (Dilución: 200 mL de producto en 1L de agua), se debe dejar actuar el producto. Este procedimiento se debe hacer tres (3) veces al día (mañana, tarde y noche al finalizar el turno).

Al cierre se deben limpiar todas las mancuernas por la parte metálica con una esponjilla en seco, sin raspar la parte cromada, las partes encauchadas como bordes y empuñaduras, deben limpiarse con un paño de microfibra humedecido con una solución de Desengrasante Hidrosolvente (Dilución: 200 mL de producto en 1L de agua).

Al cierre deben limpiarse todas las barras metálicas suavemente con una esponjilla en seco sin raspar el cromo. No debe hacerse con líquidos ya que esto es lo que hace que dichos implementos metálicos se oxiden.

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 41 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

#ELDESAFÍOESAHORA

En la mañana, tarde y al cierre se deben limpiar los espejos y una vez por semana debe realizarse una limpieza profunda de estos aplicando una solución de acuerdo a la tabla 11.

Todas las máquinas y bancos con cojinería deben limpiarse con un paño de microfibra y con el Limpiador Desinfectante Cuaternario (Dilución: 20 ml de producto en 1000 ml de agua), entre cada sesión de entrenamiento y al cierre.

Protocolos Zona Comunes

Colocar la señalización preventiva e informativa antes de iniciar con la limpieza de las zonas para evitar que las personas que circulen sufran algún accidente.

Desocupar las papeleras de basura de todas las zonas de la sede, al mediodía y antes de finalizar el turno de la noche.

Para los pisos laminados primero se debe remover el polvo con mopa de microfibra para piso y posterior se debe aplicar el Multiusos (Dilución: 200 mL de producto en 1L de agua).

Realizar entre cada sesión de entrenamiento, desinfección de las colchonetas con el Limpiador Desinfectante Cuaternario (Dilución: 200 mL de producto en 1L de agua), que se encuentran en las demás zonas de acondicionamiento de la sede, llevarlas y organizarlas en el sitio que se haya dispuesto para ellas cuando se encuentren en un sitio diferente.

Limpiar las paredes sucias de las sedes con una esponja abrasiva humedecida con el Desengrasante Hidrosolvente (Dilución: 200 mL de producto en 1L de agua), retirar el exceso de producto con paños de microfibras húmedas. Estas paredes se han pintado con pintura blanca acrílica, lo cual facilita esta labor.

Limpiar diariamente todas las puertas, televisores, parlantes y demás muebles de la sede.

Lavado rutinario, todos los días. Lavado terminal, cada 8 días.

Unidad Técnica de Almacenamiento de Residuos

Limpieza rutinaria (todos los días)

Con una escoba proceda a barrer la suciedad ubicada en el piso del cuarto de adentro hacia afuera de la entrada, recoja con el recogedor y disponga el barrido en caneca con bolsa verde.

Limpieza terminal (profunda una vez a la semana):

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 42 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

Con una escoba proceda a barrer la suciedad ubicada en el piso del cuarto de adentro hacia afuera de la entrada, recoja con el recogedor y disponga el barrido en caneca con bolsa verde.

Humedezca el piso con el Desengrasante Hidrosolvente Marca Biobril (Dilución: 100 ml en 1L de agua) y tome la escoba dura, friccione de adentro hacia afuera, retire el producto con trapero y enjuague con agua. Repita este procedimiento hasta quitar los residuos del producto en el área, cuando termine el procedimiento enjuague el trapero. De igual manera con la esponja de paño abrasivo se aplica y se limpia las chapas y los orillos. Deje actuar por 5 minutos y enjuague con paño con agua. Se retira el producto con agua, manguera y la escoba dirigiendo hacia el desagüe. Seque con trapero seco

Desinfección Rutinaria(diaria):

Se prepara una solución de Hipoclorito de Sodio al 5,25%, en una concentración deseada de 2500 ppm (Dilución 48 mL de producto en 952 mL de agua). Esta se aplica con trapero y paños en todas las superficies, deje actuar por 10 minutos.

Desinfección Terminal (profunda una vez a la semana):

Se prepara una solución de Hipoclorito de Sodio al 5,25%. En una concentración deseada de 5000 ppm (Dilución 95.3 ml de producto en 904.7 mL de agua). Humedecer una mopa de microfibra para piso con la solución y se friccione el área a desinfectar, deje actuar por 10 minutos.

Oficinas y Recepción

Colocar la señalización preventiva e informativa antes de iniciar con la limpieza de las zonas para evitar que las personas que circulen sufran algún accidente.

Realizar la limpieza y desinfección de los pisos una vez al día.

Realizar la limpieza del polvo de muebles, teléfonos, escritorios, paredes, computadores, interruptores y demás accesorios que se encuentren en oficinas y Counter aplicando con paño limpio una solución de Limpiador Desinfectante Cuaternario (Dilución: 200 mL de producto en 1L de agua).

Protocolos Cuartos de Mantenimiento, Aseo y Lavaderos

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 43 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

Colocar la señalización preventiva e informativa antes de iniciar con la limpieza de las zonas para evitar que las personas que circulen sufran algún accidente.

Mantener el cuarto de aseo ordenado y con los elementos de protección personal almacenados en un lugar específico, separándolos de los insumos y materiales de aseo. Tener siempre las zonas de tránsito del cuarto despejadas y libres de cualquier suciedad.

Mantener el cuarto de mantenimiento aseado y ordenado, ubicando en los estantes las herramientas e implementos de trabajo. Tener siempre las zonas de tránsito del cuarto despejadas.

Con una mopa de microfibra para piso proceda a barrer la suciedad ubicada en el piso del cuarto de adentro hacia afuera de la entrada, lavar la mopa de microfibra luego de utilizarla en este procedimiento.

Limpieza Rutinaria y Terminal: Prepare una solución de Limpiador Desinfectante (Dilución: 30 mL de producto en 1L de agua). Humedezca una escoba con la solución, realice fricción mecánica de arriba hacia abajo desde el techo, siguiendo por la paredes, piso y puertas, y de adentro hacia afuera (técnica de arrastre). De igual manera con la esponja abrasiva se aplica y se limpia las chapas y los orillos. Deje actuar por 5 minutos. Remueva el producto con un trapero húmedo con agua.

Desinfección Rutinaria(diaria):

Se prepara una solución de Hipoclorito de Sodio al 5,25%, en una concentración deseada de 2500 ppm (Dilución 48 mL de producto en 952 mL de agua). Esta se aplica con trapero y paños en todas las superficies, deje actuar por 10 minutos y retirar el producto con paño húmedo.

Desinfección Terminal (profunda una vez a la semana):

Se prepara una solución de Hipoclorito de Sodio al 5,25%. En una concentración deseada de 5000 ppm (Dilución 95.3 ml de producto en 904.7 mL de agua). Humedecer una mopa de microfibra para piso con la solución y se fricciona el área a desinfectar, deje actuar por 10 minutos. y retirar el producto con paño húmedo.

13.6. EPP PARA EL PERSONAL DE SERVICIOS GENERALES

ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL (EPP)	
Los siguientes son los elementos de protección personal con los cuales deben contar todos los Auxiliares de Servicios Generales para la ejecución de los diferentes protocolos acá establecidos.	
Elementos	Protocolos

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 44 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

Tapabocas o mascarilla quirúrgica, guantes negros, Cofia o gorro, monogafas contra salpicaduras, delantal protector impermeable.	Desinfección general
Tapabocas o mascarilla quirúrgica, guantes rojos, cofia o gorro, monogafas contra salpicaduras, delantal protector impermeable.	Desinfección consultorios
Tapabocas o mascarilla quirúrgica, guantes rojos, cofia o gorro, monogafas contra salpicaduras, delantal protector impermeable.	Desinfección zonas húmedas
Tapabocas o mascarilla quirúrgica, guantes rojos, cofia o gorro, monogafas contra salpicaduras, delantal protector impermeable.	Desinfección baños
Mascarilla N95, guantes rojos, cofia o gorro, monogafas contra salpicaduras, delantal protector impermeable.	Desinfección cuarta de desechos
Tapabocas o mascarilla quirúrgica, guantes negros, cofia o gorro, monogafas contra salpicaduras, delantal protector impermeable.	Desinfección cuartos de aseo y lavaderos
Careta facial, mascarilla N95, guantes negros, cofia o gorro, monogafas contra salpicaduras, delantal protector impermeable.	Desinfección general posterior a atención de paciente con posible contagio de COVID - 19
IMPLEMENTOS DE ASEO	
Los implementos de aseo y seguridad que se deben utilizar en cada zona de acuerdo con el protocolo de aseo estarán detallados en la Bitácora de control de insumos e implementos de aseo.	
SEÑALIZACIÓN Y DOTACIÓN	
Cuidado - Piso mojado	Limpieza de zonas donde haya tráfico 

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 45 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

Carro escurridor	Limpieza de zonas donde haya tráfico	
Aspiradora industrial	Limpieza de pisos y aspirado de líquidos	
Hidro lavadora	Limpieza profunda de pisos	
Respiradores	Lavado y desinfección de zonas	
Uniforme	Todo el turno, todos los días	 

14. MATERIAL INFORMATIVO

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 46 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

14.1. LAVADO DE MANOS

- El lavado de manos constituye un factor fundamental en la prevención de las infecciones nosocomiales, por tanto, llevar a cabo todas las tareas asistenciales con un máximo nivel de higiene es fundamental para reducir la incidencia de las enfermedades infecciosas evitables. Por lo anterior se implementa el lavado de manos obligatorio para todo el personal cada hora o antes, si se presentan alguna situación de riesgo de contagio.

- Disponer de los insumos para realizar la higiene de manos como jabón, toallas de un solo uso (toallas desechables).
- Disponer de alcohol glicerinado mínimo al 60% máximo 95%, este debe estar disponible en lugares de acceso fácil y frecuente por parte de los empleados.
- Todos los empleados en trabajo remoto, o en sedes deben realizar el protocolo de lavado de manos con una periodicidad mínima de 1 hora en donde el contacto con el jabón debe durar mínimo 20 segundos.
- Después de entrar en contacto con superficies que hayan podido ser contaminadas por otras personas (manijas, pasamanos, cerraduras, transporte) después de ir al baño, manipular dinero, antes y después de comer.
- Intensificar las acciones de información, educación y comunicación para todas las actividades y evitar el contagio.

14.2. TÉCNICA DE LAVADO

- El lavado de manos con agua y jabón debe realizarse 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 y antes de tocarse la cara.
- La higiene de manos con alcohol glicerinado se debe realizar siempre y cuando las manos estén limpias
- Se deben hacer recordatorios de la técnica de lavado de manos en las zonas determinadas para realizarlo.

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 47 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020



14.3. MANEJO DE TAPABOCAS

- El uso de tapabocas es obligatorio en el transporte público y áreas con afluencia masiva de personas.
- El uso correcto de los tapabocas es fundamental para evitar el contagio; igualmente importante el retiro de estos para evitar contacto con zonas contaminadas y/o dispersión del agente infeccioso.
- Siempre debe hacer el lavado de manos antes y después de usar el tapabocas.

14.4. TAPABOCAS CONVENCIONALES

- Estos elementos que cubren de manera no oclusiva la nariz y la boca de las personas (reduce la probabilidad de contacto con secreciones nasal o saliva de otra persona).
- Los tapabocas convencionales tienen diferentes diseños entre ellos los que se pliegan sobre la boca y nariz y los preformados que no lo hacen.
- Para la colocación y uso de tapabocas se deben tener en cuenta las indicaciones del fabricante.

14.5. PASOS PARA COLOCACIÓN Y RETIRO DE TAPABOCAS CONVENCIONALES

- Se debe lavar las manos antes de colocarse el tapabocas
- El uso de los tapabocas debe seguir las recomendaciones del fabricante
- Si el tapabocas tiene elástico ajustarlo antes de colocar, si es de tiras se debe atar por encima de las orejas en la parte de atrás de la cabeza.
- La colocación debe ser sobre la nariz y por debajo del mentón.
- La cara del tapabocas con color (impermeable) debe mantenerse como cara externa

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 48 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

- La colocación por la parte impermeable (de color) hacia adentro puede dificultar la respiración del trabajador y acumulo de humedad en la cara.
- Sujete las cintas o coloque las gomas de forma que quede firmemente.
- No toque el tapabocas durante su uso. Si es necesario, lávese las manos antes y después de su manipulación.
- El tapabocas se puede usar durante un día de manera continua, siempre y cuando no esté roto sucio o húmedo en cualquiera de estas condiciones debe retirarse, eliminarse y colocar uno nuevo.
- Cuando se retire el tapabocas, hágalo desde las cintas o elásticos, nunca toque la parte externa de la mascarilla.
- Una vez retirado doble el tapabocas con la cara externa hacia adentro deposítelo en la caneca destinada para tal fin.
- No reutilice el tapabocas
- Inmediatamente después del retiro del tapabocas realice lavado de manos con agua y jabón.
- El tapabocas se debe mantener en su empaque original si no se va a utilizar o en bolsa sellada, no se recomienda guardar sin empaque en el bolsillo, en el bolso pues se puede contaminar dañar o romper.
- Los tapabocas no se deben dejar sin protección encima de cualquier superficie (ej. mesa, escritorio, equipos) por el riesgo de contaminación.

Lávate las manos: dependiendo de lo que hacías con las manos antes de quitarte el tapabocas, es posible que tengas que lavártelas.



	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 49 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

Quítate el tapabocas con mucho cuidado: retíralo solamente tocando los bordes, las correas, los lazos, las ataduras o las bandas. No toques la parte frontal debido a que podría estar contaminada.

- Con bandas para las orejas: utiliza las manos para sujetar dichas bandas y sacarlas una por una.
- Con lazos o correas: usa las manos para desatar las correas inferiores primero y, luego, las superiores. Retira el tapabocas mientras sujetas las correas de arriba.
- Con bandas alrededor de la cabeza: utiliza las manos para llevar las bandas elásticas hacia arriba, por encima de tu cabeza, una por una. Retira el tapabocas de tu cara mientras sostienes la banda elástica superior.



Quítate el tapabocas de forma segura: los tapabocas están diseñados para usarse una sola vez. Por lo tanto, cuando te lo quites, ponlo en la basura de inmediato.

- En ambientes médicos es probable que haya un cubo de basura específico para elementos de riesgo biológico como tapabocas y guantes usados.
- En un ambiente no médico donde un tapabocas podría contaminarse de todos modos, debes colocarlo dentro de una bolsa plástica. Amarra la



	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 50 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

bolsa para cerrarla y luego arrójala al cubo de la basura.

Lávate las manos otra vez: una vez que hayas desechado el tapabocas de forma segura, lávate las manos nuevamente para asegurarte de que están limpias y no se hayan contaminado al tocar el tapabocas sucio.



15. BIBLIOGRAFÍA

- Circular No. 017 de 2020, del Ministerio del Trabajo. Lineamientos mínimos para implementar de promoción y prevención para la preparación, expuesta y atención de casos de enfermedad por COVID-19 (antes denominado coronavirus).
- Resolución 358 de 2020. Por la cual se declara la emergencia sanitaria por causa del coronavirus COVID-19 y se adoptan medidas para hacer frente al virus.
- Resolución 385 de 2020. Por la cual se declara la emergencia sanitaria por causa del coronavirus COVID-19 y se adoptan medidas para hacer frente al virus.
- Resolución 380 de 2020. Por la cual se adoptan Medidas preventivas y sanitarias en el país, por causas del coronavirus- COVID 2019 y se dictan otras disposiciones.
- Resolución 453 de 2020 “Por la cual se adoptan medidas sanitarias de control en algunos establecimientos por causa de COVID-19 y se dictan otras disposiciones”.
- Resolución 0522 de 2020, “Por la cual se establecen los requisitos para la importación y fabricación en el territorio nacional de reactivos de diagnóstico in vitro, dispositivos biomédicos

	SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: P –SST- PRA- 02
	PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA RE APERTURA	Pagina 51 de 51
Elaboro: Coordinadora sst Fecha: 25/07/2020	Reviso: Gerencia de operaciones Fecha: 24/08/2020	Aprobó: Presidencia Fecha: 25/08/2020

y medicamentos, declarados vitales no disponibles, requeridos para la prevención, diagnóstico y tratamiento, seguimiento del Covid-1.

- Decreto 488 de 2020. “Por el cual se dictan medidas de orden laboral, dentro del Estado de Emergencia Económica, Social y Ecológica “.
- Decreto 500 de 2020. “Por el cual se adoptan medidas de orden laboral, relativas a la destinación de los recursos de las cotizaciones a las Administradoras de Riesgos Laborales de carácter público, en el marco del Estado de Emergencia Económica, Social y Ecológica”
- Circular 029 de 2020 del Ministerio del Trabajo. Mediante el cual se establece la responsabilidad de las Empresas o Contratantes sobre el suministro de los elementos de protección personal y apoyo de las Administradoras de Riesgos Laborales en el suministro de estos para los trabajadores con exposición directa a COVID-19.
- Guía GPSG04 Versión 2 Ministerio de Salud y Protección Social y Ministerio del Trabajo. Lineamientos para Prevención Control y Reporte de Accidente Laboral por Exposición Ocupacional al SARS CoV-2 (COVID-19) en Instituciones de Salud.

	
Firma coordinador SST	Firma responsable SST
	
Firma representante legal	