

# PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA EL USO DE LAS INSTALACIONES DEL COMPLEJO DEPORTIVO UNIVERSITARIO



UNAH 2020



**UNAH**  
UNIVERSIDAD NACIONAL  
AUTÓNOMA DE HONDURAS



## ÍNDICE

I. INTRODUCCIÓN .....	2
II. OBJETIVO .....	2
III. ALCANCE .....	3
IV. ABREVIATURAS .....	3
V. PROCEDIMIENTO PARA EL USO DE LAS INSTALACIONES .....	3
V.1 PROTOCOLO I: USO DE LAS INSTALACIONES DEL CENTRO ACUÁTICO UNAH.....	3
V.2 PROTOCOLO II: USO DE LAS INSTALACIONES DE LA PISTA ATLÉTICA DE CALENTAMIENTO. ....	7
V.3 PROTOCOLO III: USO DE LAS INSTALACIONES DEL GIMNASIO PEDAGÓGICO UNAH .....	9
V.4 PROTOCOLO IV: USO DE LAS INSTALACIONES DE LAS CANCHAS DE VOLIBOL Y BALONCESTO AL AIRE LIBRE UNAH .....	12
V.5 PROTOCOLO V: USO DE LAS INSTALACIONES DEL CAMPOS DE FUTBOL UNAH ...	17
V.6 PROTOCOLO VI: USO DE LAS INSTALACIONES DEL ESTADIO DE ATLETISMO UNAH.....	20
V.7 PROTOCOLO VII: USO DE LAS INSTALACIONES DEL PALACIO UNIVERSITARIO DE LOS DEPORTES (PUD) UNAH.....	24
VI. RECOMENDACIONES GENERALES.....	35
VII. ANEXOS.....	36



# PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD PARA EL USO DE LAS INSTALACIONES DEL COMPLEJO DEPORTIVO UNIVERSITARIO

## I. INTRODUCCIÓN

Los impactos de la Pandemia COVID-19, han afectado de manera muy importante todos los ámbitos de la sociedad hondureña y nos toca adaptarnos a las medidas emitidas por las autoridades sanitarias y gubernamentales, con el propósito de mitigar el riesgo de contagio y desacelerar el ritmo de propagación del virus en nuestro País.

Es importante reinventarnos y estar preparados para un pronto regreso a las actividades de la comunidad universitaria y de nuestros clientes externos, pero para ello se requiere de un amplio compromiso de parte de todos los involucrados, tanto para respetar las nuevas normas de convivencia y uso de instalaciones, como para convertirse en partícipes activos del cuidado de su salud y la de los demás. Por ello se ha considerado necesario emitir disposiciones adicionales que complementen el programa de reapertura de las instalaciones del Complejo Deportivo Universitario (CDU), con la finalidad de disminuir el riesgo de contagio y de propagación del virus SARS-CoV-2 entre usuarios y equipo de colaboradores, haciendo que las instalaciones sean, como siempre, entornos seguros tanto para nuestra Comunidad Universitaria como para los usuarios externos.

Se ha diseñado un protocolo de uso para cada instalación y espacio académico-deportivo de las diferentes instalaciones que integran el Complejo Deportivo Universitario. En virtud del novel carácter de la enfermedad COVID-19, estos protocolos pueden evolucionar conforme avance, el conocimiento y comprensión en los alcances de esta y, podrán ser ampliados y/o modificados de acuerdo con las restricciones sanitarias vigentes en el país.

Considerando que la Comisión Especial de Atención a la Emergencia COVID-19, atendiendo lo dispuesto por el Honorable Consejo Universitario, ha solicitado en préstamo el Palacio Universitario de los Deportes de la UNAH, para habilitar un Centro de Atención para personas afectadas con COVID-19, dicha instalación estará disponible hasta que el Centro de atención sea desinstalado y el inmueble debidamente higienizado, se ha diseñado por parte del CDU el Protocolo de Limpieza, Desinfección e Higiene, mismo que será aplicado cuando las instalaciones sean recibidas y de esta forma garantizar la salud de todos nuestros Estudiantes, Personal Docente, Administrativo y usuarios en general.

## II. OBJETIVO

Definir normas y lineamientos para el uso de las Instalaciones Deportivas de la UNAH, observando el cumplimiento de todas las medidas sanitarias vigentes en el país al momento de la reapertura, con el



propósito de preservar la salud y garantizar la seguridad de todos los usuarios de las diferentes instalaciones del CDU.

### III. ALCANCE

Estos protocolos van dirigidos a los usuarios de las diferentes instalaciones de Complejo Deportivo Universitario de la UNAH, Docentes, Entrenadores, Instructores, Personal Administrativo, de Servicio y usuarios externos mientras se encuentren haciendo uso de estas.

### IV. ABREVIATURAS

**CDU:** Complejo Deportivo Universitario

**PUD:** Palacio Universitario de los Deportes

**CIDDE:** Centro de Información y Documentación Deportiva

**CA-UNAH:** Centro Acuático – Universidad Nacional Autónoma de Honduras

### V. PROCEDIMIENTO PARA EL USO DE LAS INSTALACIONES

#### V.1 PROTOCOLO I: USO DE LAS INSTALACIONES DEL CENTRO ACUÁTICO UNAH

##### A. OBJETIVO DEL PROTOCOLO

Definir el procedimiento a seguir para el ingreso permanencia e higienización para el uso de las Instalaciones del Centro Acuático UNAH acatando las disposiciones y medidas sanitarias vigentes en el país, tendientes a preservar la salud de todo el personal y los usuarios.

##### B. TIEMPO DE USO DE LA PISCINA CA-UNAH

Para evitar que los usuarios y los trabajadores, generen una contaminación cruzada de áreas, es importante delimitar y tener los protocolos de tiempos y movimientos de cada una de las actividades programadas, así como, realizar la desinfección de las áreas, superficies, equipos, materiales e implementos deportivos que se utilicen en cada hora de clase.

Se debe programar un tiempo para que cada grupo disponga de 15 minutos al inicio y 10 minutos al final de cada sesión de trabajo para permitir que los usuarios se preparen y abandonen la instalación y así evitar aglomeración entre un grupo y otro de usuarios.



### **C. NUEVO AFORO PARA EL USO DE LA PISCINA CA-UNAH**

Es importante establecer un nuevo aforo, para mantener la distancia entre usuarios y también garantizar el estado óptimo del agua, ya que la relación directa entre el número de usuarios por hora y el equilibrio químico del agua es vital para la salud e higiene de todos los usuarios a lo largo de la jornada.

En esta primera etapa únicamente se habilitará el área de piscina norte y el área de piscina sur. Dependiendo de las restricciones sanitarias vigentes, el aforo se puede reducir entre un 50% y un 75% del aforo nominal. En cada carril únicamente se permitirá un usuario a la vez para garantizar que se guarda la distancia permitida de acuerdo con las restricciones sanitarias vigentes esta medida podrá ser modificada cuando así sea conveniente, siempre que garantice la seguridad sanitaria de los usuarios.

La Piscina Norte y Sur constan de 8 carriles (25 M) cada una y se delimitará con soga de norte a sur para habilitar 16 carriles o espacio que será el máximo de usuario por hora en cada una.

#### **INGRESO A LAS INSTALACIONES DEL CENTRO ACUÁTICO**

El portón de acceso a las Instalaciones Centro Acuático UNAH permanecerá cerrado y únicamente se permite el ingreso del personal y estudiantes debidamente registrados y autorizados para uso de la instalación en su horario correspondiente.

1. Al ingreso a la instalación se tomará su temperatura corporal, no se permitirá el ingreso si la temperatura corporal supera los 37,5° C o si presenta síntomas de enfermedad que ponga en riesgo la salud de los usuarios (se debe valorar si el usuario viene de realizar actividad física o exposición al sol, en este caso se debe dar unos minutos de ventilación en sombra).
2. Cada usuario deberá portar obligatoriamente mascarilla y su kit de higiene que debe contener; alcohol en gel o alcohol siempre al 70%.
3. Cada usuario debe llevar su kit obligatorio para la clase que incluye; traje de baño, gorro para natación, toalla, sandalias y una bolsa plástica para colocar su toalla y ropa mojada.
4. No está permitido el ingreso de ningún tipo de alimento, únicamente se permite llevar agua debiendo ser portada en botella de plástico.

#### **INGRESO A ZONA DE PISCINA Y VESTIDORES**

El portón de acceso a la zona de piscina y vestidores (verja perimetral de la piscina) permanecerá cerrado y el mismo se convierte en el segundo punto de control de ingreso a cargo del personal asignado por el CDU.

En el Centro Acuático el bloque de vestidores y sanitarios de hombre y mujeres se encuentra debidamente identificado, en cada batería se permitirá un máximo de 10 usuarios en batería masculina



y 10 en batería femenina, por tanto, es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor organizar y dirigir a sus estudiantes para el ingreso al área de vestidores enviándolos en grupos para evitar aglomeración al interior de estos.

Se habilitará la batería de sanitarios públicos ubicados a la entrada de la instalación para que los usuarios hagan su cambio de ropa, inmediatamente que tenga su traje de baño puesto debe avanzar al portón de ingreso a piscina.

1. Para ingresar a zona de piscina y vestidores cada usuario debe cumplir con la limpieza y desinfección de calzado en el área designada.
2. Higiene de manos con gel antibacterial o alcohol al 70%.
3. Usarán los sanitarios de público para colocarse su traje de baño antes de ingresar al área de piscina y los vestidores y baños del área de piscina los usará solamente al finalizar su clase de esta forma se agiliza el ingreso y salida de los grupos evitando aglomeración.
4. En todo momento cada usuario debe guardar distancia de seguridad al menos 1.5 metros en todo el recinto.
5. En los vestidores por tratarse de un espacio cerrado debe permanecer en todo momento con su mascarilla debidamente puesta.
6. En los vestidores cada usuario debe colocarse en uno de los espacios debidamente identificados garantizando que se guarda la distancia establecida.
7. Inmediatamente que se ponga su traje de baño debe abandonar los vestidores.
8. Se permite el retiro de la mascarilla cuando estén listos para ingresar al área de playa de la piscina.

#### **INGRESO AL ÁREA DE PLAYA Y PISCINA DURANTE EL DESARROLLO DE LA CLASE**

1. Cada grupo (Piscina Norte y Piscina Sur) hará su ingreso al área de playa por el portón correspondiente.
2. Antes de ingresar al área de playa todos los usuarios deben darse una ducha rápida en la regadera que está justo al lado de cada portón.
3. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase recordar al usuario que está PROHIBIDO escupir o sonarse la nariz en el área de playa y piscina.
4. El docente, entrenador o instructor a cargo de cada clase debe revisar que cada usuario lleve puesto su gorro y sandalias, de no cumplir esta norma no puede ingresar.
5. No se permite ingresar al área de playa con la toalla y tampoco se permite colgarla en la barda perimetral de la piscina. Debe quedar sobre la banca de madera dentro su bolsa de plástico.
6. El Docente, Entrenador o Instructor a cargo de cada clase debe indicar a cada usuario su lugar garantizando que se respete la distancia establecida como medida sanitaria.
7. Es obligatorio para el Docente, Entrenador o Instructor usar; vestir ropa deportiva apropiada, sandalias y llevar puesta su mascarilla todo el tiempo, si se encuentre fuera del agua.



8. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor entregar a cada usuario el material o implemento que utilizará durante la clase.
9. Cada usuario es responsable del material o implemento que se le asigne y no puede intercambiarlo con otro usuario.

#### **FINAL DE LA CLASE Y RETIRO DE LA INSTALACIÓN**

1. El Docente, Entrenador o Instructor a cargo de cada clase debe indicar a cada usuario la ruta de salida hacia los vestidores.
2. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase indicar a los usuarios una ducha rápida y recordarle el tiempo que tiene para retirarse de la instalación y recordarles que deben colocarse su mascarilla nuevamente.
3. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase la limpieza y desinfección del material o implementos utilizados durante la clase.
4. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase verificar que todos sus estudiantes cumplen con las disposiciones y asegurarse que todos abandonen la instalación cumpliendo con el horario establecido para no interrumpir el ingreso de la clase siguiente.
5. No se permitirá el ingreso del siguiente grupo hasta que todos los usuarios que finalizan su clase hayan abandonado el recinto y el mismo sea higienizado.

#### **MEDIDAS DE SEGURIDAD E HIGIENE EN ÁREAS ESPECÍFICAS**

Al finalizar la clase el personal a cargo de la instalación realizará limpieza de áreas para recibir al siguiente grupo, con especial atención en las tareas siguientes:

1. En Área de vestidores y sanitarios debe ser debidamente higienizada por el personal de limpieza asignado, limpiar baños, sanitarios, perillas, pisos, cestos de depósito y retirar los desechos.
2. Las duchas ubicadas en cada portón de acceso al área de piscina deben ser debidamente higienizadas utilizando solución de cloro disuelto.
3. El técnico especialista en tratamiento del agua de la piscina ingresará al menos dos veces al día para testear el agua y garantizar que el equilibrio químico está dentro de los parámetros.

#### **OBSERVACIONES**

1. Las personas que no cumplan con las medidas de seguridad para cuidar de su salud y de la salud de todos será retirada de las instalaciones.
2. Aconsejar a los usuarios que se duchen de forma rápida en la salida de playa de la piscina cuando finalicen su actividad y no en los vestidores, minimizando así el riesgo de contacto entre usuarios y agilizar de esta forma el retiro de la instalación.



## **V.2 PROTOCOLO II: USO DE LAS INSTALACIONES DE LA PISTA ATLÉTICA DE CALENTAMIENTO.**

### **A. OBJETIVO DEL PROTOCOLO**

Definir el procedimiento a seguir para el ingreso permanencia e higienización para el uso de las Instalaciones de la pista de Calentamiento, acatando las disposiciones y medidas sanitarias vigentes en el país, tendientes a preservar la salud de todo el personal y de los usuarios.

### **B. TIEMPO DE USO DE LA PISTA DE CALENTAMIENTO**

Para evitar que los usuarios y los trabajadores, generen una contaminación cruzada de áreas, es importante delimitar y tener los protocolos de tiempos y movimientos de cada una de las actividades programadas, así como, realizar la desinfección de las áreas, superficies, equipos, materiales e implementos deportivos que se utilicen en cada hora de clase.

Se debe programar un tiempo para que cada grupo disponga de 15 minutos al inicio y 10 minutos al final de cada sesión de trabajo para permitir que los usuarios se preparen y abandonen la instalación y así evitar aglomeración entre un grupo y otro de usuarios.

### **C. NUEVO AFORO PARA EL USO DE LA PISTA ATLÉTICA DE CALENTAMIENTO**

Aunque se trata de una instalación al aire libre que tiene suficiente espacio es importante establecer un nuevo aforo tomando en cuenta que los usuarios estarán más dispersos y eso dificultará una escucha clara de las instrucciones, debemos cuidar la salud del Docente, Entrenador o Instructor ya que su voz tendrá un esfuerzo mayor por varias horas al día.

Se recomienda tomar en cuenta las restricciones sanitarias vigentes, al momento de retornar a las actividades y en consideración a lo anterior el aforo se puede reducir entre un 25% y un 50% del aforo nominal.

### **INGRESO A LAS INSTALACIONES DE LA PISTA DE CALENTAMIENTO**

El portón de acceso a las Instalaciones de la Pista de Calentamiento permanecerá cerrado y únicamente se permite el ingreso del personal y estudiantes debidamente registrados y autorizados para uso de la instalación en su horario correspondiente.

1. Al ingreso a la instalación se tomará su temperatura corporal, no se permitirá el ingreso si la temperatura corporal supera los 37,5° C o si presenta síntomas de enfermedad que ponga en riesgo la salud de los usuarios. (se debe valorar si el usuario viene de realizar actividad física o exposición al sol, en este caso se debe dar unos minutos de ventilación en sombra)
2. Cada usuario deberá portar obligatoriamente mascarilla y su kit de higiene que debe contener; alcohol en gel o alcohol siempre 70%.



3. Todos los usuarios y el Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase deben ir ya vestidos con su ropa deportiva de acuerdo con la normativa vigente para uso de las instalaciones.
4. No está permitido el ingreso de ningún tipo de alimento, únicamente se permite llevar agua debiendo ser portada en botella de plástico.

### **ÁREA DE SANITARIOS**

En vista que el área de sanitarios de esta instalación es muy reducida en espacio no es posible garantizar los metros requeridos de distanciamiento entre cada persona, por tanto, no podrá ser utilizada como espacio para vestidor.

El área de sanitarios únicamente estará habilitada para uso en caso de emergencia y solo podrá ingresar una persona y debe llevar a mano su kit de higiene personal.

### **INGRESO A PISTA DE CALENTAMIENTO PARA DESARROLLO DE LA CLASE**

Para el desarrollo de la clase se podrá utilizar los cuatro carriles de pista, así como todo el espacio interior y exterior de la pista. Todos los usuarios deben vestir ropa y calzado deportivos (tenis de planta suave) para atletismo.

1. Se deberá acatar la disposición sanitaria vigente en cuanto al uso de la mascarilla en los espacios y actividades que aun siendo al aire libre deban acatar la medida pertinente y obligatoria.
2. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase recordar al usuario que está PROHIBIDO escupir o sonarse la nariz dentro de la instalación, que de requerirlo debe hacer uso del sanitario.
3. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase organizar el espacio donde impartirá la clase garantizando que todos los usuarios mantengan su espacio personal a una distancia de al menos 1.5 metros entre cada persona.
4. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase el traslado y asignación del material o implemento deportivo que se utilizará en la clase.
5. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase higienizar todo el material o implementos utilizados para el desarrollo de la clase.

### **FINAL DE LA CLASE Y RETIRO DE LA INSTALACIÓN**

1. El Docente, Entrenador o Instructor a cargo de cada clase debe indicar a cada usuario la ruta y orden de salida para abandonar la instalación.
2. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase la limpieza y desinfección del material o implementos utilizados durante la clase.



3. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase verificar que todos sus estudiantes cumplen con las disposiciones y asegurarse que todos abandonen la instalación cumpliendo con el horario establecido para no interrumpir el ingreso de la clase siguiente.
4. No se permitirá el ingreso del siguiente grupo hasta que todos los usuarios que finalizan su clase hayan abandonado el recinto y el mismo sea higienizado.

### **MEDIDAS DE SEGURIDAD E HIGIENE EN ÁREAS ESPECÍFICAS**

Al finalizar la clase el personal a cargo de la instalación realizará limpieza de áreas para recibir al siguiente grupo, con especial atención en las tareas siguientes:

1. En Área de sanitarios debe ser debidamente higienizada por el personal de limpieza asignado, limpiar cestos de depósito y retirar los desechos.

### **OBSERVACIONES**

1. Las personas que no cumplan con las medidas de seguridad para cuidar de su salud y de la salud de todos será retirada de las instalaciones.
2. Aconsejar a los usuarios que deben usar su kit de higiene personal y desinfectar sus manos cuando finalicen su actividad, minimizando así el riesgo de contaminación entre usuarios y agilizar el retiro de la instalación.

## **V.3 PROTOCOLO III: USO DE LAS INSTALACIONES DEL GIMNASIO PEDAGÓGICO UNAH**

### **A. OBJETIVO DEL PROTOCOLO**

Definir el procedimiento a seguir para el ingreso permanencia e higienización para el uso de las Instalaciones del Gimnasio Pedagógico UNAH, acatando las disposiciones y medidas sanitarias vigentes en el país, tendientes a preservar la salud de todo el personal y los usuarios.

### **B. TIEMPO DE USO DEL GIMNASIO PEDAGÓGICO**

Para evitar que los usuarios y los trabajadores, generen una contaminación cruzada de áreas, es importante delimitar y tener los protocolos de tiempos y movimientos de cada una de las actividades programadas, así como, realizar la desinfección de las áreas, superficies, materiales e implementos deportivos que se utilicen en cada hora de clase.

Se debe programar un tiempo para que cada grupo disponga de 15 minutos al inicio y 10 minutos al final de cada sesión de trabajo para permitir que los usuarios se preparen y abandonen la instalación y así evitar aglomeración entre un grupo y otro de usuarios.



### **C. NUEVO AFORO PARA EL USO DEL GIMNASIO PEDAGÓGICO**

Al tratarse de una instalación cerrada y bajo techo es importante establecer un nuevo aforo tomando en cuenta que la relación directa entre el número de usuarios por hora y total de metros por sala es vital para la salud e higiene óptima del grupo tener espacio reglamentario para realizar el trabajo individual.

Aunque estarán habilitadas ambas salas para garantizar condiciones óptimas de higiene se recomienda tener solo un grupo trabajando por hora, para hacer uso alterno de cada sala de forma que las labores de higiene y limpieza de la sala se realice apropiadamente. Dependiendo de las restricciones sanitarias vigentes, el aforo se puede reducir hasta en un 50%. (Permitido 16 usuarios)

#### **INGRESO A LAS INSTALACIONES**

El portón de metal de acceso a las Instalaciones de la Gimnasio Pedagógico permanecerá cerrado y la puerta de madera y ventanas deben permanecer abiertas para permitir el flujo del aire. Al interior de la sala únicamente se permite el ingreso del personal y estudiantes debidamente registrados y autorizados para uso de la instalación en su horario correspondiente.

1. Al ingreso a la instalación se tomará su temperatura corporal, no se permitirá el ingreso si la temperatura corporal supera los 37,5° C o si presenta síntomas de enfermedad que ponga en riesgo la salud de los usuarios. (se debe valorar si el usuario viene de realizar actividad física o exposición al sol, en este caso se debe dar unos minutos de ventilación en sombra)
2. Antes de ingresar al Gimnasio Pedagógico se realizará Limpieza y desinfección de calzado en el área designada
3. Cada usuario deberá portar obligatoriamente mascarilla y su kit de higiene que debe contener; alcohol en gel o alcohol siempre 70%.
4. Todos los usuarios y el Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase deben usar ropa deportiva de acuerdo con la normativa vigente para uso del Gimnasio Pedagógico.
5. No está permitido el ingreso de ningún tipo de alimento, únicamente se permite llevar agua debiendo ser portada en botella de plástico.

#### **INGRESO A SALA, VESTIDORES Y SANITARIOS**

El área de vestidores y sanitarios del Gimnasio Pedagógico si bien es un espacio acorde a la instalación, no deja de ser un espacio reducido y por tanto únicamente se permitirá un máximo de 8 personas en el interior para garantizar los metros requeridos de distanciamiento entre cada persona.

El área de vestidores y sanitarios estará debidamente señalada, indicando el espacio a utilizar por cada usuario, si están ocupados los espacios no se permitirá más ingreso hasta que quede libre.



## **INGRESO A LA SALA (A O B) DEL GIMNASIO PEDAGÓGICO- UNAH PARA DESARROLLO DE LA CLASE**

Para el desarrollo de la clase se podrá utilizar únicamente una de las dos salas de clase. Todos los usuarios deben vestir ropa y calzado deportivos (tenis de planta suave y limpia ya que es piso de madera).

1. Se deberá acatar la disposición sanitaria vigente en cuanto al uso de la mascarilla en los espacios y actividades que deban acatar la medida pertinente y obligatoria.
2. Es responsabilidad Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase recordar al usuario que está PROHIBIDO escupir o sonarse la nariz en la sala de clase, de requerirlo debe hacer uso del sanitario.
3. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase organizar el espacio donde impartirá la clase garantizando que todos los usuarios mantengan su espacio personal a una distancia de al menos 2 metros entre cada persona.
4. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase el traslado y asignación del material o implemento deportivo que se utilizará en la clase.

## **FINAL DE LA CLASE Y RETIRO DE LA INSTALACIÓN**

1. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase organizar a los usuarios para el ingreso al área de vestidores y baños para prepararse para el abandono de la instalación recordando que los vestidores tienen un máximo de usuarios debidamente marcado.
2. El Docente, Entrenador o Instructor a cargo de cada clase debe indicar a cada usuario la ruta y orden de salida para abandonar la instalación.
3. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase la limpieza y desinfección del material o implementos utilizados durante la clase.
4. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase verificar que todos sus estudiantes cumplan con las disposiciones y asegurarse que todos abandonen la instalación cumpliendo con el horario establecido para no interrumpir el ingreso de la clase siguiente.
5. No se permitirá el ingreso del siguiente grupo hasta que todos los usuarios que finalizan su clase hayan abandonado el recinto y el mismo sea higienizado.

## **MEDIDAS DE SEGURIDAD E HIGIENE EN ÁREAS ESPECÍFICAS**

Al finalizar cada clase el personal a cargo de la instalación realizará limpieza de todos los espacios utilizados para recibir al siguiente grupo, con especial atención en las tareas siguientes:

1. En Área de sanitarios debe ser debidamente higienizada por el personal de limpieza asignado, limpiar cestos de depósito y retirar los desechos.



2. Sala de clase (A ó B) debe ser higienizada cada una de las superficies; piso, barra de seguridad, espejos, gradas o bancas y puertas. Es importante recordar que en cada hora solo una sala estará en uso y la otra sala estará en proceso de limpieza e higiene de todas las superficies.

#### **OBSERVACIONES**

1. Las personas que no cumplan con las medidas de seguridad para cuidar de su salud y de la salud de todos será retirada de las instalaciones.
2. Aconsejar a los usuarios que deben usar su kit de higiene personal y desinfectar sus manos cuando finalicen su actividad, minimizando así el riesgo de contaminación entre usuarios y agilizar el retiro de la instalación.

### **V.4 PROTOCOLO IV: USO DE LAS INSTALACIONES DE LAS CANCHAS DE VOLIBOL Y BALONCESTO AL AIRE LIBRE UNAH**

#### **I. CANCHAS DE VOLIBOL AL AIRE LIBRE**

##### **A. OBJETIVO DEL PROTOCOLO**

Definir el procedimiento a seguir para el ingreso permanencia e higienización para el uso de las Instalaciones de las canchas al aire libre, acatando las disposiciones y medidas sanitarias vigentes en el país, tendientes a preservar la salud de todo el personal y los usuarios.

##### **B. TIEMPO DE USO DE LAS CANCHAS DE VOLIBOL AL AIRE LIBRE**

Para evitar que los usuarios y los trabajadores, generen una contaminación cruzada de áreas, es importante delimitar y tener los protocolos de tiempos y movimientos de cada una de las actividades programadas, así como, realizar la desinfección de las áreas, superficies, equipos, materiales e implementos deportivos que se utilicen en cada hora de clase.

Se debe programar un tiempo para que cada grupo disponga de 15 minutos al inicio y 10 minutos al final de cada sesión de trabajo para permitir que los usuarios se preparen y abandonen la instalación y así evitar aglomeración entre un grupo y otro de usuarios.

##### **C. NUEVO AFORO PARA EL USO DE LAS CANCHAS DE VOLIBOL AL AIRE LIBRE**

Aunque se trata de una instalación al aire libre la misma tiene espacios delimitados por perímetro y por tanto los mismos son reducidos y por ello es importante establecer un nuevo aforo tomando en cuenta que los usuarios deben tener espacio personal seguro para realizar su clase



Se recomienda tomar en cuenta las restricciones sanitarias vigentes, al momento de retornar a las actividades y en consideración a lo anterior el aforo se puede reducir hasta un 50% del aforo nominal. (Permitido 20 usuarios por clase)

### **INGRESO A LAS INSTALACIONES VOLIBOL**

El portón de acceso a las Instalaciones de las Canchas de Volibol permanecerá cerrado y únicamente se permite el ingreso del personal y estudiantes debidamente registrados y autorizados para uso de la instalación en su horario correspondiente.

1. Al ingreso a la instalación se tomará su temperatura corporal, no se permitirá el ingreso si la temperatura corporal supera los 37,5° C o si presenta síntomas de enfermedad que ponga en riesgo la salud de los usuarios. (se debe valorar si el usuario viene de realizar actividad física o exposición al sol, en este caso se debe dar unos minutos de ventilación en sombra)
2. Cada usuario deberá portar obligatoriamente mascarilla y su kit de higiene que debe contener; alcohol en gel o alcohol siempre 70%.
3. No está permitido el ingreso de ningún tipo de alimento, únicamente se permite llevar agua debiendo ser portada en botella de plástico.
4. Todos los usuarios deben permanecer en el área de la cancha guardando su debida distancia mientras esperan turno para acceder al área de vestidores.

### **ÁREA DE SANITARIOS**

El pasillo de acceso al área de vestidores y sanitarios de esta instalación es muy reducido de igual forma es reducido el espacio de vestidores, para garantizar los metros requeridos de distanciamiento entre cada persona se rotulará el interior del vestidor indicando el número máximo de 4 personas por turno de uso. Se debe atender los pasos que se detalla:

1. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase, una vez que sus estudiantes han ingresado a la instalación, organizarlos en grupos para acceder al área de vestidores para que puedan cambiarse de ropa.
2. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase evitar aglomeración de personas en el pasillo de acceso y dentro de los vestidores.
3. Se sugiere solicitar a todos los usuarios que, en la medida de sus posibilidades, al presentarse a clase ya vistan su indumentaria deportiva para agilizar el inicio de su clase.

### **INGRESO A LA CANCHA DE VOLIBOL PARA EL DESARROLLO DE LA CLASE**

1. Se deberá acatar la disposición sanitaria vigente en cuanto al uso de la mascarilla en los espacios y actividades que aun siendo al aire libre deban acatar la medida pertinente y obligatoria.



2. Es responsabilidad Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase recordar al usuario que está PROHIBIDO escupir o sonarse la nariz dentro de la instalación, que de requerirlo debe hacer uso del sanitario.
3. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase organizar el espacio donde impartirá la clase garantizando que todos los usuarios mantengan su espacio personal a una distancia de al menos 1.5 metros entre cada persona.
4. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase el traslado y asignación del material o implemento deportivo que se utilizará en la clase.
5. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase higienizar todo el material o implementos utilizados para el desarrollo de la clase.

### **FINAL DE LA CLASE Y RETIRO DE LA INSTALACIÓN**

1. El Docente, Entrenador o Instructor a cargo de cada clase debe indicar a cada usuario la ruta y orden de salida para abandonar la instalación.
2. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase la limpieza y desinfección del material o implementos utilizados durante la clase.
3. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase verificar que todos sus estudiantes cumplen con las disposiciones y asegurarse que todos abandonen la instalación cumpliendo con el horario establecido para no interrumpir el ingreso de la clase siguiente.

### **MEDIDAS DE SEGURIDAD E HIGIENE EN ÁREAS ESPECÍFICAS**

Al finalizar la clase el personal a cargo de la instalación realizará limpieza de áreas para recibir al siguiente grupo, con especial atención en las tareas siguientes:

1. En Área de vestidores y sanitarios debe ser debidamente higienizada por el personal de limpieza asignado, limpiar cestos de depósito y retirar los desechos, puertas y manijas.

### **OBSERVACIONES**

1. Las personas que no cumplan con las medidas de seguridad para cuidar de su salud y de la salud de todos será retirada de las instalaciones.
2. Aconsejar a los usuarios que deben usar su kit de higiene personal y desinfectar sus manos cuando finalicen su actividad, minimizando así el riesgo de contaminación entre usuarios y agilizar el retiro de la instalación.



## **II. CANCHAS DE BALONCESTO AL AIRE LIBRE**

### **A. TIEMPO DE USO DE LAS CANCHAS BALONCESTO AL AIRE LIBRE**

Las canchas de Baloncesto al aire libre son una instalación abierta y de libre acceso por tanto se convierte en un espacio complicado para controlar la circulación de personas y por ello se dificulta garantizar en todo momento el distanciamiento físico idóneo.

Aun con la dificultad de ser una instalación sin cerco perimetral, es importante delimitar y tener los protocolos de tiempos y movimientos de cada una de las actividades programadas, así como, realizar la desinfección de las áreas, superficies, equipos, materiales e implementos deportivos que se utilicen en cada hora de clase.

Se debe programar un tiempo para que cada grupo disponga de 15 minutos al inicio y 10 minutos al final de cada sesión de trabajo para permitir que los usuarios se preparen y abandonen la instalación y así evitar aglomeración entre un grupo y otro de usuarios.

### **B. NUEVO AFORO PARA EL USO DE LAS CANCHAS BALONCESTO AL AIRE LIBRE**

Las canchas de Baloncesto al aire libre funcionarán como un solo espacio y, por tanto, solo podrán acoger en una hora una única actividad, dependiendo de las disposiciones sanitarias vigentes se podrá cambiar esta disposición siendo debidamente notificada.

Aunque se trata de una instalación al aire libre que tiene suficiente espacio es importante establecer un nuevo aforo tomando en cuenta que los usuarios estarán más dispersos y eso dificultará una escucha clara de las instrucciones, debemos cuidar la salud del Docente, Entrenador o Instructor ya que su voz tendrá un esfuerzo mayor por varias horas al día.

Se recomienda tomar en cuenta las restricciones sanitarias vigentes, al momento de retornar a las actividades y en consideración a lo anterior el aforo se puede reducir entre un 25% y un 50% del aforo nominal. (Permitido 20 usuarios)

### **INGRESO AL ÁREA DE LAS CANCHAS DE BALONCESTO AL AIRE LIBRE**

Al tratarse de un espacio sin perímetro de delimitación se instalará señalización para delimitar el espacio propio de la clase y evitar la circulación de personas ajenas a la actividad programada.

1. Al inicio de cada actividad el Docente, Entrenador o Instructor debe concientizar a sus estudiantes sobre la importancia de cuidarse y cuidar la salud de los demás, por tanto, si presenta síntomas de enfermedad que ponga en riesgo la salud de los usuarios debe retirarse y se registra su excusa.

2. Cada usuario deberá portar obligatoriamente mascarilla y su kit de higiene que debe contener; alcohol en gel o alcohol siempre 70%.
3. No está permitido durante el desarrollo de la actividad ningún tipo de alimento, únicamente se permite llevar agua debiendo ser portada en botella de plástico.
4. Todos los usuarios deben permanecer en el área de la cancha guardando su debida distancia de 1.5 metros.
5. Los sanitarios de la cancha de Volibol podrán ser utilizados en caso de emergencia y será responsabilidad del Docente Entrenador o Instructor coordinarse para el ingreso guardando siempre todas las medidas sanitarias y protocolo de uso de dicho espacio.

### ÁREA DE VESTIDORES

El pasillo de acceso al área de vestidores de esta instalación es muy reducido de igual forma es reducido el espacio de vestidores, para garantizar los metros requeridos de distanciamiento entre cada persona se rotulará el interior del vestidor indicando el número máximo de 4 personas por turno de uso. Se debe atender los pasos que se detalla:

1. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase, una vez que sus estudiantes han ingresado a la instalación, organizarlos en grupos para acceder al área de vestidores para que puedan cambiarse de ropa.
2. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase evitar aglomeración de personas en el pasillo de acceso y dentro de los vestidores.
3. Se sugiere solicitar a todos los usuarios que, en la medida de sus posibilidades, al presentarse a clase ya vistan su indumentaria deportiva para agilizar el inicio de su clase.

### PARA EL DESARROLLO DE LA CLASE

1. Se deberá acatar la disposición sanitaria vigente en cuanto al uso de la mascarilla en los espacios y actividades que aun siendo al aire libre deban acatar la medida pertinente y obligatoria.
2. Es responsabilidad Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase recordar al usuario que está PROHIBIDO escupir o sonarse la nariz dentro del espacio delimitado para la clase, que de requerirlo debe hacer uso del sanitario.
3. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase organizar el espacio donde impartirá la clase garantizando que todos los usuarios mantengan su espacio personal a una distancia de al menos 1.5 metros entre cada persona.
4. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase el traslado y asignación del material o implemento deportivo que se utilizará en la clase.
5. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase higienizar todo el material o implementos utilizados para el desarrollo de la clase.



## FINAL DE LA CLASE Y RETIRO DE LA INSTALACIÓN

1. El Docente, Entrenador o Instructor a cargo de cada clase debe indicar a los usuarios las disposiciones y orden para abandonar las canchas de Baloncesto.
2. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase la limpieza y desinfección del material o implementos utilizados durante la clase.
3. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase verificar que todos sus estudiantes cumplan con las disposiciones y asegurarse que todos abandonen la cancha de Baloncesto cumpliendo con el horario establecido para no interrumpir el ingreso de la clase siguiente.
4. No se permitirá el ingreso del siguiente grupo hasta que todos los usuarios que finalizan su clase hayan abandonado el recinto y el mismo sea higienizado.

## MEDIDAS DE SEGURIDAD E HIGIENE EN ÁREAS ESPECÍFICAS

Al finalizar la clase el personal a cargo de la instalación realizará limpieza de espacio de clase incluyendo la limpieza de las graderías y áreas de acceso a la cancha para recibir al siguiente grupo.

## OBSERVACIONES

1. Las personas que no cumplan con las medidas de seguridad para cuidar de su salud y de la salud de todos será retirada de las canchas de Baloncesto.
2. Aconsejar a los usuarios que deben usar su kit de higiene personal y desinfectar sus manos cuando finalicen su actividad, minimizando así el riesgo de contaminación entre usuarios y agilizar el retiro de la instalación.

## V.5 PROTOCOLO V: USO DE LAS INSTALACIONES DEL CAMPOS DE FUTBOL UNAH

### A. OBJETIVO DEL PROTOCOLO

Definir el procedimiento a seguir para el ingreso permanencia e higienización para el uso de las Instalaciones del Campo de Futbol, acatando las disposiciones y medidas sanitarias vigentes en el país, tendientes a preservar la salud de todo el personal y los usuarios.

### B. TIEMPO DE USO DEL CAMPO DE FUTBOL

Para evitar que los grupos de usuarios y trabajadores coincidan al mismo tiempo a la hora de inicio de cada clase, se debe programar un tiempo para que cada grupo disponga de 15 minutos al inicio y 10 minutos al final de cada sesión de trabajo para permitir que los usuarios se preparen y abandonen la instalación y así evitar aglomeración entre un grupo y otro de usuarios, de igual forma en este



espacio de tiempo se debe realizar la desinfección de las áreas, superficies, materiales e implementos deportivos que se utilicen en cada hora de clase.

### **C. NUEVO AFORO PARA EL USO DEL CAMPO DE FUTBOL**

Aunque se trata de una instalación al aire libre que tiene suficiente espacio es importante establecer un nuevo aforo tomando en cuenta que los usuarios estarán más dispersos y eso dificultará una escucha clara de las instrucciones, debemos cuidar la salud del Docente, Entrenador o Instructor ya que su voz tendrá un esfuerzo mayor por varias horas al día.

Se recomienda tomar en cuenta las restricciones sanitarias vigentes, al momento de retornar a las actividades y en consideración a lo anterior el aforo se puede reducir entre un 25% y un 50% del aforo nominal. (Permitido 20 usuarios por clase)

### **INGRESO A LAS INSTALACIONES**

El portón de acceso a las Instalaciones del Campo de Futbol debe permanecer cerrado y únicamente se permite el ingreso del personal y estudiantes debidamente registrados y autorizados para uso de la instalación en su horario correspondiente.

1. Al ingreso a la instalación se tomará su temperatura corporal, no se permitirá el ingreso si la temperatura corporal supera los 37,5° C o si presenta síntomas de enfermedad que ponga en riesgo la salud de los usuarios. (se debe valorar si el usuario viene de realizar actividad física o exposición al sol, en este caso se debe dar unos minutos de ventilación en sombra)
2. Cada usuario deberá portar obligatoriamente mascarilla y su kit de higiene que debe contener; alcohol en gel o alcohol siempre 70%.
3. Todos los usuarios y el Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase deben ir ya vestidos con su ropa deportiva de acuerdo con la normativa vigente para uso de las instalaciones.
4. No está permitido el ingreso de ningún tipo de alimento, únicamente se permite llevar agua debiendo ser portada en botella de plástico.

### **ÁREA DE SANITARIOS**

En vista que el área de sanitarios de esta instalación es muy reducida en espacio no es posible garantizar los metros requeridos de distanciamiento entre cada persona, por tanto, solo se permitirá el ingreso de tres personas ocupando los espacios debidamente rotulados.

El área de sanitarios únicamente estará habilitada para uso en caso de emergencia y solo podrá ingresar una persona y debe llevar a mano su kit de higiene personal.



## **INGRESO AL CAMPO DE FUTBOL PARA EL DESARROLLO DE LA CLASE**

Para el desarrollo de la clase todos los usuarios deben vestir ropa y calzado deportivo y podrán hacer uso de todo el espacio del campo de béisbol.

1. Se deberá acatar la disposición sanitaria vigente en cuanto al uso de la mascarilla en los espacios y actividades que aun siendo al aire libre deban acatar la medida pertinente y obligatoria.
2. Es responsabilidad Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase recordar al usuario que deben evitar escupir o sonarse la nariz en el espacio delimitado para el desarrollo de la clase, que de requerirlo debe hacer uso del sanitario.
3. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase organizar el espacio donde impartirá la clase garantizando que todos los usuarios mantengan su espacio personal a una distancia de al menos 1.5 metros entre cada persona.
4. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase el traslado y asignación del material o implemento deportivo que se utilizará en la clase.
5. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase higienizar todo el material o implementos utilizados para el desarrollo de la clase.

## **FINAL DE LA CLASE Y RETIRO DE LA INSTALACIÓN**

1. El Docente, Entrenador o Instructor a cargo de cada clase debe indicar a cada usuario la ruta y orden de salida para abandonar la instalación.
2. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase la limpieza y desinfección del material o implementos utilizados durante la clase.
3. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase verificar que todos sus estudiantes cumplen con las disposiciones y asegurarse que todos abandonen la instalación cumpliendo con el horario establecido para no interrumpir el ingreso de la clase siguiente.
4. No se permitirá el ingreso del siguiente grupo hasta que todos los usuarios que finalizan su clase hayan abandonado el recinto y el mismo sea higienizado.

## **MEDIDAS DE SEGURIDAD E HIGIENE EN ÁREAS ESPECÍFICAS**

Al finalizar la clase el personal a cargo de la instalación realizará limpieza de áreas para recibir al siguiente grupo, con especial atención en las tareas siguientes:

1. En Área de sanitarios debe ser debidamente higienizada por el personal de limpieza asignado, limpiar cestos de depósito, retirar los desechos y limpiar áreas de banca.



## OBSERVACIONES

1. Las personas que no cumplan con las medidas de seguridad para cuidar de su salud y de la salud de todos será retirada de las instalaciones.
2. Aconsejar a los usuarios que deben usar su kit de higiene personal y desinfectar sus manos cuando finalicen su actividad, minimizando así el riesgo de contaminación entre usuarios y agilizar el retiro de la instalación.

## V.6 PROTOCOLO VI: USO DE LAS INSTALACIONES DEL ESTADIO DE ATLETISMO UNAH

### A. OBJETIVO DEL PROTOCOLO

Definir el procedimiento a seguir para el ingreso permanencia e higienización para el uso de las Instalaciones del Estadio de Atletismo UNAH acatando las disposiciones y medidas sanitarias vigentes en el país, tendientes a preservar la salud de todo el personal y los usuarios.

### B. TIEMPO DE USO DEL ESTADIO DE ATLETISMO UNAH

Para evitar que los usuarios y los trabajadores, generen una contaminación cruzada de áreas, es importante delimitar y tener los protocolos de tiempos y movimientos de cada una de las actividades programadas, así como, realizar la desinfección de las áreas, superficies, equipos, materiales e implementos deportivos que se utilicen en cada hora de clase. Por tanto, todos los portones que comunican el Estadio de Atletismo y Palacio Universitario de los deportes permanecerán cerrados y no serán área de paso, salvo caso de emergencia.

Se debe programar un tiempo para que cada grupo disponga de 15 minutos antes de iniciar su clase o actividad deportiva y 10 minutos al finalizar cada sesión de trabajo para permitir que los usuarios se preparen y hagan uso del área de vestidores y así evitar aglomeración entre un grupo y otro de usuarios.

### C. NUEVO AFORO PARA EL USO DEL ESTADIO DE ATLETISMO UNAH

Es importante establecer un nuevo aforo, si bien se trata de una instalación al aire libre que tiene suficiente espacio se debe tener en cuenta el uso de espacios compartidos como vestidores y sanitarios donde el ingreso será de acuerdo a la delimitación de espacio personal, así mismo hay que considerar que los usuarios estarán más dispersos y eso dificultara una escucha clara de las instrucciones, debemos cuidar la salud del Docente, Entrenador o Instructor ya que su voz tendrá un esfuerzo mayor por varias horas al día. En esta etapa se permitirá el desarrollo de dos actividades o clase en el mismo horario.



Se recomienda tomar en cuenta las restricciones sanitarias vigentes, al momento de retornar a las actividades y en consideración a lo anterior el aforo se puede reducir entre un 25% y un 50% del aforo nominal.

### **INGRESO AL ESTADIO DE ATLETISMO UNAH**

Los portones de acceso a las Instalaciones del Estadio de Atletismo UNAH permanecerán cerrados. El ingreso se realizará por la Rampa del Palacio Universitario de los Deportes y retiro de la instalación será por el Portón Principal del Estadio de Atletismo.

1. Al ingreso a la instalación se tomará su temperatura corporal, no se permitirá el ingreso si la temperatura corporal supera los 37,5° C o si presenta síntomas de enfermedad que ponga en riesgo la salud de los usuarios. Se tomará en cuenta si el usuario viene una actividad física previa que ha podido alterar su temperatura.
2. Antes de ingresar a la instalación se realizará limpieza y desinfección de calzado en el área designada.
3. Antes de ingresar a la instalación se realizará Higiene de manos con alcohol gel o alcohol al 70%.
4. En todo momento cada usuario debe guardar distancia de seguridad al menos 1.5 metros en todo el recinto.
5. Cada usuario deberá portar obligatoriamente mascarilla y su kit de higiene que debe contener; alcohol en gel o alcohol siempre 70%.
6. No está permitido el ingreso de ningún tipo de alimento, únicamente se permite llevar agua debiendo ser portada en botella de plástico.

### **ACCESO AL RECINTO POR RAMPA RUTA ESTE (PLAZA NORTE MURAL)**

La Rampa de acceso General al PUD en su segundo tramo se bifurca dejando visible la parte de Rampa con acceso a lado Este y la otra parte al lado Oeste, mismo que estará debidamente señalizada.

Todos los usuarios de la pista harán su ingreso por la Rampa en su lado Este y se dirigen al portón de ingreso a gradería del Estadio de Atletismo (Lobby Externo). Las graderías y butacas estarán delimitadas ya que su uso no está autorizado.

### **INGRESO A ZONA DE VESTIDORES Y SANITARIOS**

Con el propósito de agilizar la entrada y salida de los estudiantes para un mejor aprovechamiento del tiempo de clase, se define que todos los usuarios del Estadio de Atletismo dispondrán de área de vestidores de entrada a la instalación y de área de vestidores de retiro de la instalación.



## **VESTIDORES Y SANITARIOS DE ENTRADA**

En el Lobby Externo en su parte central se encuentra la batería de sanitarios debidamente señalizada, en el área para mujeres se habilitarán 16 cupos y en el área para hombres 16 cupos, cada espacio estará debidamente señalizado, una vez que se termine de cambiar de ropa debe dirigirse al interior de pista y campo del Estadio de Atletismo siguiendo la ruta señalada que le indica las gradas por las cuales debe bajar. Debe llevar con usted todas sus pertenencias ya que su retiro será por otra ruta distinta a la de ingreso.

## **VESTIDORES Y SANITARIOS DE SALIDA**

Al finalizar su clase o actividad dispondrá de las baterías de Vestidores y Sanitarios del Estadio de Atletismo cada batería de vestidores y sanitarios de hombre y mujeres se encuentra dividido en dos salas y cada una de las salas estará debidamente identificada indicando el máximo de 6 usuarios permitido (12 usuarios en batería masculina y 12 en batería femenina) y por tanto es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor informar debidamente a sus estudiantes para el ingreso al área de vestidores para evitar aglomeración al interior de los mismos.

1. En los vestidores por tratarse de un espacio cerrado debe permanecer en todo momento con su mascarilla debidamente puesta.
2. En los vestidores cada usuario debe colocarse en uno de los espacios debidamente identificados garantizando que se guarda la distancia establecida.
3. Inmediatamente que este vestido o listo debe abandonar los vestidores.

## **INGRESO A PISTA Y CAMPO DEL ESTADIO DE ATLETISMO PARA EL DESARROLLO DE LA CLASE**

Para el desarrollo de la actividad deportiva el Docente Entrenador o Instructor dispondrá de 4 carriles o bien lado norte y lado sur del Estadio de Atletismo, siempre manteniendo el distanciamiento entre usuarios.

1. Se deberá acatar la disposición sanitaria vigente en cuanto al uso de la mascarilla en los espacios y actividades que aun siendo al aire libre deban acatar la medida pertinente y obligatoria.
2. El Docente, Entrenador o Instructor a cargo de cada clase debe indicar a cada usuario su lugar garantizando que se respete la distancia establecida como medida sanitaria.
3. Es responsabilidad Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase recordar al usuario que está PROHIBIDO escupir o sonarse la nariz dentro de la instalación, que de requerirlo debe hacer uso del sanitario.
4. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase organizar el espacio donde impartirá la clase garantizando que todos los usuarios mantengan su espacio personal a una distancia de al menos 1.5 metros entre cada persona.



## FINAL DE LA CLASE Y RETIRO DE LA INSTALACIÓN

1. El Docente, Entrenador o Instructor a cargo de cada clase debe organizar a su grupo para hacer uso de vestidores al finalizar la clase e indicar a cada usuario la ruta de salida.
2. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase la limpieza y desinfección del material o implementos utilizados durante la clase.
3. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase verificar que todos sus estudiantes cumplan con las disposiciones y asegurarse que todos abandonen la instalación cumpliendo con el horario establecido para no interrumpir el ingreso de la clase siguiente.
4. No se permitirá el ingreso del siguiente grupo hasta que todos los usuarios que finalizan su clase hayan abandonado el recinto y el mismo sea higienizado.

## MEDIDAS DE SEGURIDAD E HIGIENE EN ÁREAS ESPECÍFICAS

Al finalizar la clase el personal a cargo de la instalación realizará limpieza de áreas para recibir al siguiente grupo, con especial atención en las tareas siguientes:

1. En Área de vestidores y sanitarios debe ser debidamente higienizada por el personal de limpieza asignado, limpiar vestidores, baños, sanitarios, perillas, pisos, cestos de depósito y retirar los desechos.
2. Limpiar pasamanos y rampa de acceso a área de vestidores y sanitarios.
3. Limpieza e higiene constante del área de bodega de Atletismo.

## INGRESO A BODEGA DEL ESTADIO DE ATLETISMO

El portón que comunica el Estadio de Atletismo con la Bodega de materiales e implementos deportivos permanecerá cerrado y por el únicamente tendrá acceso el Encargado de Bodega y el Docente, Entrenador o Instructor autorizado en su hora de clase.

1. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase el traslado y asignación del material o implemento deportivo que se utilizará en la clase.
2. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor entregar a cada usuario el material o implemento que utilizará durante la clase.
3. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo al finalizar su clase higienizar todo el material o implementos utilizados y entregarlos en bodega.

## OBSERVACIONES

1. Las personas que no cumplan con las medidas de seguridad para cuidar de su salud y de la salud de todos será retirada de las instalaciones.



2. Las duchas permanecerán deshabilitadas para garantizar el suministro de agua en lavamanos y sanitarios como medida de higiene obligatoria. (Esta disposición podrá ser modificada de acuerdo con el suministro de agua que se reciba por parte del SANAA y será debidamente comunicada).

## **V.7 PROTOCOLO VII: USO DE LAS INSTALACIONES DEL PALACIO UNIVERSITARIO DE LOS DEPORTES (PUD) UNAH**

### **A. OBJETIVO DEL PROTOCOLO**

Definir el procedimiento a seguir para el ingreso permanencia e higienización para el uso de Los diferentes espacios deportivos y académicos del PUD acatando las disposiciones y medidas sanitarias vigentes en el país, tendientes a preservar la salud de todo el personal y los usuarios.

### **B. TIEMPO DE USO DEL PUD UNAH**

Para evitar que los usuarios y los trabajadores, generen una contaminación cruzada de áreas, es importante delimitar y tener los protocolos de tiempos y movimientos de cada una de las actividades programadas, así como, realizar la desinfección de las áreas, superficies, equipos, materiales e implementos deportivos que se utilicen en cada hora de clase. Quedan establecidas en este protocolo las diferentes rutas de acceso y salida para todos los usuarios del Palacio Universitario de los Deportes.

Se debe programar un tiempo para que cada grupo disponga de 15 minutos antes de iniciar y 10 minutos antes de finalizar su clase o actividad deportiva para permitir que los usuarios se preparen y hagan uso de vestuario y sanitarios y así evitar aglomeración entre un grupo y otro de usuarios.

### **C. NUEVO AFORO PARA EL USO DEL PUD UNAH**

Es importante establecer un nuevo aforo analizando cada uno de los espacios de clase y contrastando con la ocupación de las áreas comunes de uso compartido, si bien se trata de una instalación que tiene suficiente espacio se debe tener en cuenta el uso de espacios compartidos como vestidores y sanitarios que estarán sujetos a su capacidad máxima con espacio delimitado para cada persona, será también en función del espacio asignado a cada actividad pudiendo esta ser un aula, un espacio académico deportivo o un espacio deportivo con medidas oficiales.

Se recomienda tomar en cuenta las restricciones sanitarias vigentes, al momento de retornar a las actividades y en consideración a lo anterior el aforo se puede reducir entre un 25% y un 50% del aforo nominal.

Considerando aspectos como ventilación, capacidad instalada y acceso queda definido el nuevo aforo para las salas que se enlistan:



- a) Sala Académica de Tenis de Mesa únicamente se permitirá dos personas por mesa
- b) La sala de Calentamiento un máximo de 15 personas en su interior.
- c) Las aulas de clase estarán limitadas por la cantidad de pupitres guardando la distancia de 2 metros entre uno y otro garantizando el distanciamiento de las personas.
- d) Ajedrez únicamente se permitirá dos personas por mesa.

### **INGRESO AL PALACIO UNIVERSITARIO DE LOS DEPORTES UNAH**

El ingreso y salida al PUD se realizará por la rampa de acceso general para todos los usuarios incluyendo el personal que labora, las personas que tiene reserva de un espacio para una actividad planificada o bien que por razón justificada debe ingresar a las instalaciones.

1. Al ingreso a la instalación se tomará su temperatura corporal, no se permitirá el ingreso si la temperatura corporal supera los 37,5° C o si presenta síntomas de enfermedad que ponga en riesgo la salud de los usuarios. Se tomará en cuenta si el usuario viene de una actividad física previa que ha podido alterar su temperatura.
2. Antes de ingresar a la instalación se realizará limpieza y desinfección de calzado en el área designada.
3. Antes de ingresar a la instalación se realizará Higiene de manos con alcohol gel o alcohol al 70%.
4. En todo momento cada usuario debe guardar distancia de seguridad al menos 1.5 metros en todo el recinto.
5. Cada usuario deberá portar obligatoriamente mascarilla y su kit de higiene que debe contener; alcohol en gel o alcohol siempre 70%.
6. No está permitido el ingreso de ningún tipo de alimento, únicamente se permite llevar agua debiendo ser portada en botella de plástico.

### **ACCESO AL RECINTO POR RAMPAS RUTA ESTE (PLAZA NORTE MURAL)**

La Rampa de acceso General al PUD en su segundo tramo se bifurca dejando visible la parte de Rampa con acceso a lado Este y la otra parte al lado Oeste, mismo que estará debidamente señalizada.

Por la Rampa en su lado Este ingresarán todos los usuarios que se dirigen a:

1. Estudiantes y Atletas que hacen uso de las canchas de baloncesto, volibol y futsala de la Nave Central del PUD
2. Escuela Ciencias de la Cultura Física en el Quinto nivel
3. Aulas de clase o salones de clase del tercer y cuarto nivel
4. Salas de Reuniones del PUD (Sala Preferencial, Sala Usos Múltiples)
5. Oficinas administrativas de Deportes VOAE, UTV y Presencia Universitaria



6. Estudiantes y Docentes, Entrenadores que se dirigen al estadio de Atletismo con acceso por Lobby Externo

### **ACCESO AL RECINTO POR RAMPA RUTA OESTE (LOBBY OESTE)**

La Rampa de acceso General al PUD en su segundo tramo se bifurca dejando visible la parte de Rampa con acceso a lado Este y la otra parte al lado Oeste, toda la Rampa incluida su bifurcación estará debidamente señalizada.

Por la Rampa en su lado Oeste ingresarán todos los usuarios que se dirigen a:

1. Estudiantes, que cursan asignatura o entrenan en los espacios Académico-deportivos de TAE KWON DO, TENIS DE MESA Y KARATE DO.
2. Docentes, Entrenadores o Instructores que dan clases o entrena en los espacios Académico-deportivos de TAE KWON DO, TENIS DE MESA Y KARATE DO.

### **ASIGNACIÓN DE VESTIDORES Y SANITARIOS POR ALA Y POR ACTIVIDAD DEPORTIVA**

El Palacio Universitario de los Deportes tiene diferentes baterías de vestidores y sanitarios para hombres y mujeres de uso exclusivo para los usuarios de cada uno de los espacios Académico Deportivo y Canchas deportivas. Con el propósito de evitar la posible contaminación cruzada entre todos los usuarios del PUD, se asignará el uso exclusivo de las baterías de sanitarios indicando la cantidad máxima de usuarios al mismo tiempo guardando la distancia sanitaria vigente.

1. En los vestidores por tratarse de un espacio cerrado debe permanecer en todo momento con su mascarilla debidamente puesta.
2. En los vestidores cada usuario debe colocarse en uno de los espacios debidamente identificados garantizando que se guarda la distancia establecida.
3. Inmediatamente que este vestido o listo debe abandonar los vestidores y dirigirse a su espacio de clase.

Las diferentes baterías de vestidores y sanitarios están debidamente identificadas y el acceso de usuarios queda definido como se detalla:

### **BATERÍA PRINCIPAL VESTIDORES Y SANITARIOS (1ER NIVEL PUD)**

En cada batería se habilitará los cupos siguientes: lado norte Mujeres (6 cupos por sala) se habilita un total de 12 cupos, lado sur Hombres (6 cupos por sala) se habilita un total de 12 cupos.

1. Los Estudiantes que reciben clase en las 3 canchas deportivas de la Nave Central del PUD
2. Los Estudiantes y/o Usuarios de la Sala de Calentamiento Norte



## **BATERÍA VESTIDORES Y SANITARIOS NOROESTE Y SUROESTE (1ER NIVEL LADO OESTE PUD)**

En cada batería se habilitará los cupos siguientes:

1. Los Estudiantes que reciben clase en 1er Nivel del PUD lado noroeste en la Sala Académica del DOJO, hacen uso de batería de vestidores y sanitarios ubicados frente al DOJO y se habilita un total de 4 cupos para mujeres y 4 cupos para hombres.
2. Los Estudiantes que reciben clase en 1er Nivel del PUD lado Suroeste en la Sala Académica del Tae Kwon Do, hacen uso de batería de vestidores y sanitarios ubicados frente a su Sala de Tae Kwon Do y se habilita un total de 4 cupos para mujeres y 4 cupos para hombres.

## **BATERÍA SANITARIOS NOROESTE Y SUROESTE (2DO NIVEL LADO OESTE PUD)**

En el Segundo Nivel al interior del PUD en la parte Central Oeste se ubican dos baterías de sanitarios que serán asignados exclusivamente para los usuarios de la Sala de Tenis de Mesa, para que puedan prepararse para el inicio y final de su clase. Al igual que todas las baterías de vestidores y sanitarios están debidamente delimitados a fin de garantizar las medidas sanitarias vigentes sobre distanciamiento.

1. Estudiantes, Atletas y usuarios de la Sala de Tenis de Mesa ubicada en el 2do Nivel Oeste del PUD y se habilita un total de 4 cupos para mujeres y 4 cupos para hombres.

### **I. NAVE CENTRAL DEL PUD**

#### **RUTA DE INGRESO Y RETIRO DE LAS CANCHAS DE BALONCESTO, VOLIBOL Y FUTSAL NAVE CENTRAL DEL PUD**

El acceso se realizará por dos rutas orientadas al uso de vestidores y sanitarios, desde el Lobby Central del PUD como se detalla:

#### **TODAS LAS USUARIAS DEL SEXO FEMENINO**

Realizan su acceso desde el Lobby Principal hacia el 1er Nivel del PUD por las gradas del lado noreste (se ubican al inicio del Lobby Central del PUD a mano izquierda), pasando directamente a la Batería de Vestidores y sanitarios para mujeres.

Cuando ya se encuentre vistiendo ropa deportiva y lista para ingreso a la cancha, lo hará por el Túnel Norte de acceso que es el más próximo a su batería de vestidores para mujeres.



## **TODOS LOS USUARIOS DE SEXO MASCULINO**

Realizan su acceso desde el Lobby Principal hacia el 1er Nivel del PUD por las gradas del lado suroeste (se ubican al final del Lobby Central del PUD a mano derecha), pasando directamente a la Batería de Vestidores y sanitarios para hombres.

Cuando ya se encuentre vistiendo ropa deportiva y listo para ingreso a la cancha, lo hará por el Túnel Sur de acceso a cancha que es el más próximo a su batería de vestidores para hombres.

## **INGRESO A LA CANCHA PARA EL DESARROLLO DE LA CLASE (FUTSALA, VOLIBOL Y BALONCESTO)**

1. Se deberá acatar la disposición sanitaria vigente en cuanto al uso de la mascarilla en los espacios y actividades deportivas en instalaciones cubiertas acatando la medida pertinente y obligatoria.
2. El Docente, Entrenador o Instructor a cargo de cada clase debe indicar a cada usuario su lugar garantizando que se respete la distancia establecida como medida sanitaria.
3. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase recordar al usuario que está PROHIBIDO escupir o sonarse la nariz dentro de la instalación, que de requerirlo debe hacer uso del sanitario.
4. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase organizar el espacio donde impartirá la clase garantizando que todos los usuarios mantengan su espacio personal a una distancia de al menos 2 metros entre cada persona.

## **FINAL DE LA CLASE Y RETIRO DE LA INSTALACIÓN**

1. El Docente, Entrenador o Instructor a cargo de cada clase debe indicar a cada usuario la ruta de salida.
2. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase la limpieza y desinfección del material o implementos utilizados durante la clase. (los equipos instalados como: tableros, porterías, postes y perímetro serán higienizadas por el personal de limpieza del CDU)
3. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase verificar que todos sus estudiantes cumplen con las disposiciones y asegurarse que todos abandonen la instalación cumpliendo con el horario establecido para no interrumpir el ingreso de la clase siguiente.
4. No se permitirá el ingreso del siguiente grupo hasta que todos los usuarios que finalizan su clase hayan abandonado el recinto y el mismo sea higienizado.



## **II. SALA DE CALENTAMIENTO PUD**

### **RUTA DE INGRESO Y RETIRO DE LA SALA DE CALENTAMIENTO DEL PUD**

El acceso se realizará por dos rutas orientadas al uso de vestidores y sanitarios, desde el Lobby Central del PUD como se detalla:

#### **TODAS LAS USUARIAS DEL SEXO FEMENINO**

Realizaran su acceso desde el Lobby Principal hacia el 1er Nivel del PUD por las gradas del lado noreste (se ubican al inicio del Lobby Central del PUD a mano izquierda), pasando directamente a la Batería de Vestidores y sanitarios para mujeres. Cuando ya se encuentre vistiendo ropa deportiva, se dirigen a su clase por el pasillo azul.

#### **TODOS LOS USUARIOS DE SEXO MASCULINO**

Realizaran su acceso desde el Lobby Principal hacia el 1er Nivel del PUD por las gradas del lado suroeste (se ubican al final del Lobby Central del PUD a mano derecha), pasando directamente a la Batería de Vestidores y sanitarios para hombres. Cuando ya se encuentre vistiendo ropa deportiva, se dirigen a su clase por el pasillo azul.

### **INGRESO A SALA DE CALENTAMIENTO PARA EL DESARROLLO DE LA CLASE**

1. Se deberá acatar la disposición sanitaria vigente en cuanto al uso de la mascarilla en los espacios y actividades deportivas en instalaciones cubiertas acatando la medida pertinente y obligatoria.
2. El Docente, Entrenador o Instructor a cargo de cada clase debe indicar a cada usuario su lugar garantizando que se respete la distancia establecida como medida sanitaria.
3. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase recordar al usuario que está PROHIBIDO escupir o sonarse la nariz dentro de la instalación, que de requerirlo debe hacer uso del sanitario.
4. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase organizar el espacio donde impartirá la clase garantizando que todos los usuarios mantengan su espacio personal a una distancia de al menos 2 metros entre cada persona.

### **FINAL DE LA CLASE Y RETIRO DE LA SALA DE CALENTAMIENTO (INSTALACIÓN)**

1. El Docente, Entrenador o Instructor a cargo de cada clase debe indicar a cada usuario la ruta de salida.
2. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase la limpieza y desinfección del material o implementos utilizados durante la clase.



3. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase verificar que todos sus estudiantes cumplen con las disposiciones y asegurarse que todos abandonen la instalación cumpliendo con el horario establecido para no interrumpir el ingreso de la clase siguiente.
4. No se permitirá el ingreso del siguiente grupo hasta que todos los usuarios que finalizan su clase hayan abandonado el recinto y el mismo sea higienizado.

### III. Dojo

#### **RUTA DE INGRESO Y RETIRO DE LA SALA ACADÉMICO-DEPORTIVA DOJO KARATE DO**

Todos los estudiantes que tienen asignada esta sala para recibir su clase en el horario autorizado realizarán su ingreso y retiro al DOJO por las GRADAS NOROESTE y se conducirán a los vestidores y sanitarios que están al bajar las gradas. No está permitido el acceso a personas ajenas a la clase.

#### **INGRESO A LA SALA DOJO DE KARATE DO PARA EL DESARROLLO DE LA CLASE**

1. Se deberá acatar la disposición sanitaria vigente en cuanto al uso de la mascarilla en los espacios y actividades deportivas en instalaciones cubiertas acatando la medida pertinente y obligatoria.
2. Los zapatos y pertenencias deben ser colocadas en la carpeta que está ubicada al ingreso a la sala.
3. El Docente, Entrenador o Instructor a cargo de cada clase debe indicar a cada usuario su lugar garantizando que se respete la distancia establecida como medida sanitaria.
4. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase recordar al usuario que está PROHIBIDO escupir o sonarse la nariz dentro de la instalación, que de requerirlo debe hacer uso del sanitario.
5. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase organizar el espacio donde impartirá la clase garantizando que todos los usuarios mantengan su espacio personal a una distancia de al menos 2 metros entre cada persona.

#### **FINAL DE LA CLASE DE KARATE DO Y RETIRO DE LA INSTALACIÓN**

1. El Docente, Entrenador o Instructor a cargo de cada clase debe indicar a cada usuario la ruta de salida.
2. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase la limpieza y desinfección del material o implementos utilizados durante la clase. (los equipos instalados en sala como: carpeta deportiva serán higienizadas por el personal de limpieza del CDU)
3. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase verificar que todos sus estudiantes cumplen con las disposiciones y asegurarse que todos abandonen la



instalación cumpliendo con el horario establecido para no interrumpir el ingreso de la clase siguiente.

4. No se permitirá el ingreso del siguiente grupo hasta que todos los usuarios que finalizan su clase hayan abandonado el recinto y el mismo sea higienizado.

#### **IV. TENIS DE MESA**

##### **RUTA DE INGRESO Y RETIRO DE LA SALA ACADÉMICO-DEPORTIVA DE TENIS DE MESA**

Todos los estudiantes que tienen asignada esta sala para recibir su clase en el horario autorizado realizarán su ingreso y retiro a la Sala de Tenis de Mesa por las GRADAS NOROESTE. No está permitido el acceso a personas ajenas a la clase.

Ingresaran por estas gradas los Estudiantes y/o Usuarios de la Sala de Tenis de Mesa, debidamente autorizados en su hora y que ya visten su ropa deportiva recordando que la batería de sanitarios asignada a esta sala se encuentra en segundo nivel del PUD.

##### **INGRESO A LA SALA TENIS DE MESA PARA EL DESARROLLO DE LA CLASE**

1. Se deberá acatar la disposición sanitaria vigente en cuanto al uso de la mascarilla en los espacios y actividades deportivas en instalaciones cubiertas acatando la medida pertinente y obligatoria.
2. Los cuadernos o pertenencias deben ser colocadas en el espacio destinado e identificado para ese uso al momento de ingreso a la sala.
3. El Docente, Entrenador o Instructor a cargo de cada clase debe indicar a cada usuario la mesa y espacio asignado para la clase, garantizando que se respete la distancia establecida como medida sanitaria. (dos usuarios por mesa)
4. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase recordar al usuario que está PROHIBIDO escupir o sonarse la nariz dentro de la instalación, que de requerirlo debe hacer uso del sanitario.
5. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase organizar el espacio donde impartirá la clase garantizando que todos los usuarios mantengan su espacio personal a una distancia de al menos 2 metros entre cada persona.

##### **FINAL DE LA CLASE DE TENIS DE MESA Y RETIRO DE LA INSTALACIÓN**

1. El Docente, Entrenador o Instructor a cargo de cada clase debe indicar a cada usuario la ruta de salida.
2. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase la limpieza y desinfección del material o implementos utilizados durante la clase. (los equipos instalados en

sala como: mesas vallas divisorias, robot, casillero serán higienizadas por el personal de limpieza del CDU)

3. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase verificar que todos sus estudiantes cumplen con las disposiciones y asegurarse que todos abandonen la instalación cumpliendo con el horario establecido para no interrumpir el ingreso de la clase siguiente.
4. No se permitirá el ingreso del siguiente grupo hasta que todos los usuarios que finalizan su clase hayan abandonado el recinto y el mismo sea higienizado.

## **V. TAE KWON DO**

### **RUTA DE INGRESO Y RETIRO DE LA SALA ACADÉMICO-DEPORTIVA DE TAE KWON DO**

Todos los estudiantes que tienen asignada esta sala para recibir su clase en el horario autorizado realizarán su ingreso y retiro a la Sala por las GRADAS SUROESTE y se conducirán a los vestidores y sanitarios que están al bajar las gradas. No está permitido el acceso a personas ajenas a la clase.

### **INGRESO A LA SALA DE TAE KWON DO PARA EL DESARROLLO DE LA CLASE**

1. Se deberá acatar la disposición sanitaria vigente en cuanto al uso de la mascarilla en los espacios y actividades deportivas en instalaciones cubiertas acatando la medida pertinente y obligatoria.
2. Los zapatos y pertenencias deben ser colocadas en la carpeta que está ubicada al ingreso a la sala.
3. El Docente, Entrenador o Instructor a cargo de cada clase debe indicar a cada usuario su lugar garantizando que se respete la distancia establecida como medida sanitaria.
4. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase recordar al usuario que está PROHIBIDO escupir o sonarse la nariz dentro de la instalación, que de requerirlo debe hacer uso del sanitario.
5. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase organizar la asignación de dos estudiantes por mesa garantizando que se cumple con las medidas sanitarias vigentes.

### **FINAL DE LA CLASE DE TAE KWON DO Y RETIRO DE LA INSTALACIÓN**

1. El Docente, Entrenador o Instructor a cargo de cada clase debe indicar a cada usuario la ruta de salida.
2. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase la limpieza y desinfección del material o implementos utilizados durante la clase. (los equipos instalados en sala como: carpeta deportiva serán higienizadas por el personal de limpieza del CDU)



3. Es responsabilidad del Docente, Entrenador o Instructor a cargo de la clase verificar que todos sus estudiantes cumplen con las disposiciones y asegurarse que todos abandonen la instalación cumpliendo con el horario establecido para no interrumpir el ingreso de la clase siguiente.
4. No se permitirá el ingreso del siguiente grupo hasta que todos los usuarios que finalizan su clase hayan abandonado el recinto y el mismo sea higienizado.

## **VI. CIDDE**

### **CENTRO DE INFORMACIÓN Y DOCUMENTACIÓN DEPORTIVA**

#### **INGRESO A LA SALA CIDDE PARA TRABAJAR INVESTIGAR O ESTUDIAR**

1. Se deberá acatar la disposición sanitaria vigente en cuanto al uso de la mascarilla en los espacios cerrados como salas, salones, aulas y bibliotecas; acatando la medida pertinente y obligatoria.
2. En el área administrativa del CIDDE, únicamente podrá permanecer la persona responsable o cargo de la sala. Queda prohibido el ingreso de visitas o personas ajena a la administración de la sala.
3. La persona encargada del CIDDE debe indicar a cada usuario la mesa y espacio habilitado, garantizando que se respete la distancia establecida como medida sanitaria. (cuatro (4) usuarios por mesa).
4. Al completarse la cantidad de usuarios permitidos no se permitirá el ingreso de más personas.
5. Es responsabilidad de la persona a cargo de la administración del CIDDE, recordar al usuario que está PROHIBIDO escupir o sonarse la nariz dentro de la sala, que de requerirlo debe hacer uso de los sanitarios.
6. Las medidas o disipaciones a cumplir dentro de la sala deben estar en cartel visible para que cada usuario pueda leerlas.

#### **PERMANENCIA EN LA SALA CIDDE PARA TRABAJAR INVESTIGAR O ESTUDIAR**

1. Únicamente se permitirá cuatro usuarios por mesa, debiendo guardar la distancia de 2 metros entre usuario.
2. Los cuadernos o pertenencias deben ser colocadas en el espacio destinado e identificado para ese uso al momento del ingreso a la sala.
3. Es responsabilidad de la persona encargada de la administración del CIDDE, delimitar el área donde se facilitará la entrega y devolución de documentos propiedad de la sala.
4. El espacio delimitado para el préstamo y devolución de documentos o libros del CIDDE debe tener a disposición gel o alcohol al 70% para que el usuario se pueda higienizar al momento de recibir o entregar lo solicitado.



5. Para la limpieza y desinfección de los documentos o libros prestados se coordinará con la Gerencia del CDU quien facilitará los insumos.
6. Se debe señalar el piso con una línea de espera que no debe ser traspasada hasta que al usuario le toque el turno, marcando la distancia recomendada de 2 metros.
7. Se realizará limpieza e higiene de la sala de usuario al menos 4 veces al día, por el personal de limpieza asignado por el CDU.

### **MEDIDAS DE SEGURIDAD E HIGIENE EN ÁREAS ESPECÍFICAS DEL PUD**

Al finalizar cada clase o actividad en los diferentes espacios y salas académico- deportivo del Palacio Universitario de los Deportes el personal a cargo de las instalaciones realizará limpieza de cada uno de los espacios de clase o entrenamiento y de áreas uso común para recibir al siguiente grupo, con especial atención en las tareas siguientes:

1. Limpieza e higiene de las Salas académicas de Tae Kwon Do, Tenis de Mesa y Karate y todos los equipos propios de la sala.
2. Limpieza e higiene de las Canchas de Baloncesto, Volibol y Futsala de la Nave Central del PUD y todos los equipos instalados en cada cancha.
3. Limpieza e higiene de la sala de Calentamiento del PUD.
4. Limpieza y desinfección de las aulas y de la sala del Centro de Información y Documentación Deportiva
5. El Área de vestidores y sanitarios debe ser debidamente higienizada por el personal de limpieza asignado, limpiar vestidores, baños, sanitarios, perillas, pisos, cestos de depósito y retirar los desechos.
6. Limpieza e higiene constante de pasamanos y rampa de acceso en toda la ruta de ingreso a las instalaciones pasando por vestidores hasta llegar al espacio de clase.

### **OBSERVACIONES A TODOS LOS USUARIOS DE LOS DIFERENTES ESPACIOS ACADÉMICO-DEPORTIVOS DEL PUD**

1. Las personas que no cumplan con las medidas de seguridad para cuidar de su salud y de la salud de todos será retirada de las instalaciones.
2. Las duchas permanecerán deshabilitadas para garantizar el suministro de agua en lavamanos y sanitarios como medida de higiene obligatoria. (Esta disposición podrá ser modificada de acuerdo con el suministro de agua que se reciba por parte del SANAA y será debidamente comunicada)



## VI. RECOMENDACIONES GENERALES

Evita acudir a la instalación deportiva si presentas fiebre, tos, dificultad para respirar u otros síntomas COVID-19 o si ha estado en contacto con alguien con dichos síntomas. Ponte en contacto con el Dr. 1847, con el 911 o con el sistema de salud SESAL. Sé responsable cuídate y cuida de los demás.

Se recomienda la no asistencia a la instalación de personas pertenecientes a los colectivos de riesgos, bien por edad o patologías preexistentes.

Se evitará en todo momento el contacto físico debiendo siempre mantener distancia y guardar su espacio personal para cuidar de su salud y de la de los demás usuarios.

Se recomienda el lavado y desinfección frecuente de manos y el uso de pañuelos desechables en caso de necesidad.

Se les recuerda que únicamente ingresaran a las instalaciones los usuarios autorizados en su respectiva hora de clase, debiendo abandonar la instalación inmediatamente que finalice su actividad o clase.

Dado que tenemos instalaciones muy amplias, para evitar el riesgo de contaminación se limitará el acceso a ciertas áreas o espacios, mismos que se señalizarán indicando su bloqueo como medida preventiva para preservar la salud y seguridad de todos los usuarios.

## VII. ANEXOS

### ANEXO No.1: FOTOGRAFÍAS DE ÁREAS QUE CONFORMAN EL COMPLEJO DEPORTIVO UNIVERSITARIO.

