

Guía Rápida para la Reapertura Consciente

ByDE

1 Protocolo para uso de Instalaciones deportivas

Protocolo para uso de instalaciones deportivas	Medida preventiva de seguridad sanitaria que se implementará para la entrada y uso de instalaciones deportivas dentro de los campus de Universidad Tecmilenio.
Propósito del Protocolo	Reforzar las medidas de seguridad sanitario durante el uso de la instalación con el fin de minimizar riesgos de contagio.
A quienes se aplica este protocolo	Estudiantes y profesores o instructores que realizan actividad en la instalación.
Implementación	Cada Campus deberá realizar la implementación de las medidas de seguridad sanitaria.

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	CONFIGURACION DE ESPACIOS / EQUIPAMIENTO E INSUMOS	RESPONSABLES Y OBSERVACIONES
1) Llegada al acceso de la instalación.	<p>1.0 Al salir de casa y al llegar al acceso permitido se deberá portar cubrebocas, en caso contrario no se permitirá el ingreso.</p> <p>1.2 El ingreso será unifilar y sólo se realizará por el área permitida e informada.</p> <p>1.3 Este ingreso debe ser escalonado para asegurar la distancia física de 1.5 metros entre cada persona.</p> <p>1.4. Se ofrece la aplicación de gel antibacterial (70% alcohol)</p> <p>1.5. Cuestionario de detección de signos y síntomas. (Ver Anexo 2)</p>	<p>Demarcación con señalética que asegure la distancia de 1.5 metros de radio entre las personas.</p> <p>Se deberá tener visible los siguientes comunicados:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Medidas preventivas para evitar la propagación de COVID-19 · Técnica para la desinfección de manos de la OMS. 	<p>Profesor ByDE.</p>
2) Uso del espacio para la actividad	<p>2.0 Uso de cubrebocas obligatorio.</p> <p>2.1 Se revisará que se respete una distancia mínima de 1,5 metros. (Ver anexo 1)</p> <p>2.2 Cada usuario deberá contar con su propio recipiente para hidratarse y artículos personales.</p> <p>2.3 Una vez terminada su actividad, el estudiante deberá retirarse del espacio.</p> <p>2.4 El tiempo de actividad será de 1,30 horas máximo por sesión. (Ver anexo 3)</p> <p>2.5 El acceso de los estudiantes a las instalaciones se realizará teniendo en cuenta su aforo y siempre respetando la posibilidad de que dentro de la misma se asegure una distancia mínima de 1,5 metros.</p>	<p>Demarcación con señalética que asegure la distancia de 1.5 metros de radio entre las personas en el área durante actividad.</p> <p>Se deberá tener visible los siguientes comunicados:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Medidas preventivas para evitar la propagación de COVID-19 <p>Se otorgará un espacio de 30 minutos para el cambio de un grupo a otro, mientras se realiza una limpieza y desinfección de superficies.</p> <p>El profesor ByDE deberá enviar a los estudiantes los entrenamientos previos a la práctica a través de CANVAS. El material deportivo deberá ser provisto por el profesor y sanitizarse de forma posterior a cada práctica.</p>	<p>Profesor encargado del grupo.</p> <p>No se deberán compartir artículos personales.</p> <p>No habrá préstamos de material. fuera del horario de la actividad</p>

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	CONFIGURACION DE ESPACIOS / EQUIPAMIENTO E INSUMOS	RESPONSABLES Y OBSERVACIONES
3) Uso del espacio de sanitarios	<p>3.0 El acceso de los usuarios al espacio se realizará teniendo en cuenta su aforo y siempre respetando la posibilidad de que dentro de la misma se asegure una distancia mínima de 1,5 metros.</p> <p>3.1 Una vez terminado su uso, el usuario debe retirarse del espacio.</p> <p>3.2 El uso de cubrebocas es obligatorio.</p> <p>3.3 Se ofrece la aplicación de jabón para el lavado de manos.</p>	<p>Demarcación con señalética que asegure la distancia de 1.5 metros de radio entre las personas.</p> <p>Se deberá tener visible los siguientes comunicados:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Medidas preventivas para evitar la propagación de COVID-19. · Técnica para la desinfección de manos de la OMS. 	<p>Personal de la instalación.</p> <p>Estudiantes y Profesores ByDE.</p>
4) Para instalaciones deportivas cerradas.	<p>4.0 Antes de la apertura de la instalación:</p> <p>4.1 La ventilación diaria deberá incrementarse, recomendando, siempre que sea posible, mantener una ventilación continuada de los espacios cerrados.</p> <p>4.2 Se recomienda abrir puertas y ventanas exteriores para aumentar la circulación de aire en el área, antes de realizar la limpieza y desinfección de la misma.</p> <p>4.3. En el caso de que la ventilación se proporcione a través de medios mecánicos, estos deben conservarse en buen estado de mantenimiento, limpieza y grado de desinfección adecuado.</p>	<p>El personal debe estar capacitado en:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Medidas preventivas para evitar la propagación del virus COVID-19. · Técnica para la desinfección de manos de la OMS. · Recomendaciones del uso de cubrebocas. <p>El personal deberá contar con:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Cubrebocas · Careta Facial · Guantes 	<p>Personal de la instalación.</p> <p>Profesor ByDE.</p>

IMPORTANTE

- El cubrebocas es de uso obligatorio y permanente.
- Se debe aplicar gel antibacterial a la entrada de la instalación.
- Se debe mantener la distancia mínima de 1,5 m. entre las personas en todo momento.
- Seguir las recomendaciones del lavado de manos.
- El profesor ByDE como parte de sus funciones deberá coadyuvar en la supervisión y observancia del cumplimiento de las normas de salud, higiene y distanciamiento físico para los estudiantes.
- Este protocolo es de carácter temporal hasta nueva instrucción y podrá ser objeto de modificaciones, según nuevos lineamientos internos o del gobierno nacional para luego ser comunicados de manera oportuna con los estudiantes y colaboradores.

2 Protocolo para uso de Instalaciones culturales

Protocolo para uso de instalaciones culturales	Medida preventiva de seguridad sanitaria que se implementará para la entrada y uso de instalaciones deportivas dentro de los Campus de Universidad Tecmilenio
Propósito del Protocolo	Reforzar las medidas de seguridad sanitario durante el uso de la instalación con el fin de minimizar riesgos de contagio.
A quienes se aplica este protocolo	Estudiantes y profesores o instructores que realizan actividad en la instalación.
Implementación	Cada Campus deberá realizar la implementación de las medidas de seguridad sanitaria.

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	CONFIGURACION DE ESPACIOS / EQUIPAMIENTO E INSUMOS	RESPONSABLES Y OBSERVACIONES
1) Llegada al acceso de la instalación.	<p>1.0 Al salir de casa y al llegar al acceso permitido se deberá portar tapabocas, en caso contrario no se permitirá el ingreso.</p> <p>1.2 El ingreso será unifilar y sólo se realizará por el área permitida e informada.</p> <p>1.3 Este ingreso debe ser escalonado para asegurar la distancia física de 1.5 metros entre cada persona.</p> <p>1.4. Se ofrece la aplicación de gel antibacterial (70% alcohol)</p> <p>1.5. Cuestionario de detección de signos y síntomas. (Ver Anexo 2)</p>	<p>Demarcación con señalética que asegure la distancia de 1.5 metros de radio entre las personas.</p> <p>Se deberá tener visible los siguientes comunicados:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Medidas preventivas para evitar la propagación de COVID-19 · Técnica para la desinfección de manos de la OMS. <p>El espacio debe contar con:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Gel antibacterial. · Kit de sanitización proporcionado por Planta Física (**) para la limpieza constante de material de clase y superficies. 	<p>Profesor ByDE encargado del grupo.</p>
2) Uso del espacio para la actividad	<p>2.0 Uso de cubrebocas obligatorio.</p> <p>2.1 Se revisará que se respete una distancia mínima de 1,5 metros.</p> <p>2.2 Cada usuario deberá contar con su propio recipiente para hidratarse y artículos personales.</p> <p>2.3 Una vez terminada la actividad, el estudiante deberá retirarse del espacio.</p> <p>2.4 El tiempo de actividad será de 1,30 horas máximo por sesión.</p> <p>2.5 El acceso de los estudiantes a las instalaciones se realizará teniendo en cuenta su aforo y siempre respetando la posibilidad de que dentro de la misma se asegure una distancia mínima de 1,5 metros.</p>	<p>Demarcación con señalética que asegure la distancia de 1.5 metros de radio entre las personas en el área durante actividad.</p> <p>Se deberá tener visible los siguientes comunicados:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Medidas preventivas para evitar la propagación de COVID-19 <p>Se otorgará un espacio de 30 minutos para el cambio de un grupo a otro, mientras se realiza una limpieza y desinfección de superficies.</p> <p>El profesor ByDE deberá enviar a los estudiantes las indicaciones previas a la actividad, detallando los objetivos, con el fin de evitar explicaciones prolongadas en el espacio de la actividad.</p> <p>El material de la clase deberá ser provisto por el profesor y sanitizarse de forma posterior a cada práctica. No habrá préstamos fuera del horario de la actividad</p>	<p>Profesor ByDE encargado del grupo.</p> <p>No se deberán compartir artículos personales.</p>
3) Uso del espacio de camerinos y vestidores	<p>3.0 Uso de cubrebocas obligatorio.</p> <p>3.1 Cada usuario deberá contar con sus artículos personales en todo momento.</p> <p>3.2 El acceso de los estudiantes a las instalaciones se realizará teniendo en cuenta su aforo y siempre respetando la posibilidad de que dentro de la misma se asegure una distancia mínima de 1,5 metros.</p>	<p>Demarcación con señalética que asegure la distancia de 1.5 metros de radio entre las personas en el área durante actividad.</p> <p>Se deberá tener visible los siguientes comunicados:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Medidas preventivas para evitar la propagación de COVID-19. 	<p>Profesor ByDE encargado del grupo.</p> <p>No se deberán compartir artículos personales.</p>
4) Uso del espacio de sanitarios	<p>4.0 El acceso de los usuarios al espacio se realizará teniendo en cuenta su aforo y siempre respetando la posibilidad de que dentro de la misma se asegure una distancia mínima de 1,5 metros. (Anexo 2).</p> <p>4.1 Una vez terminado su uso, el usuario debe retirarse del espacio.</p> <p>4.2 El uso de cubrebocas es obligatorio.</p> <p>4.3 Se ofrece la aplicación de jabón para el lavado de manos.</p>	<p>Demarcación con señalética que asegure la distancia de 1.5 metros de radio entre las personas.</p> <p>Se deberá tener visible los siguientes comunicados:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Medidas preventivas para evitar la propagación de COVID-19. · Técnica para la desinfección de manos de la OMS. 	<p>Personal de la instalación.</p> <p>Estudiantes y Coaches / Instructores.</p>
5) Para instalaciones deportivas cerradas.	<p>5.0 Antes de la apertura de la instalación:</p> <p>5.1 La ventilación diaria deberá incrementarse, recomendando, siempre que sea posible, mantener una ventilación continuada de los espacios cerrados.</p> <p>5.2 Se recomienda abrir puertas y ventanas exteriores para aumentar la circulación de aire en el área, antes de realizar la limpieza y desinfección de la misma.</p> <p>5.3. En el caso de que la ventilación se proporcione a través de medios mecánicos, estos deben conservarse en buen estado de mantenimiento, limpieza y grado de desinfección adecuado.</p>	<p>El personal debe estar capacitado en:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Medidas preventivas para evitar la propagación del virus COVID-19. · Técnica para la desinfección de manos de la OMS. · Recomendaciones del uso de cubrebocas. <p>El personal deberá contar con:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Cubrebocas · Careta Facial · Guantes 	<p>Personal de la instalación.</p>

<p>6) Uso de material de clases</p>	<p>Utilizar el kit de sanitización para que puedan limpiar áreas o superficies de contacto común, como mats, pesas, pelotas de pilates, costales de y peras de box, ligas y cuerdas, etc.</p> <p>Recomendar su uso antes y después de haber realizado actividad física.</p> <p>Uso de toalla limpia obligatoria.</p> <p>Uso de cubrebocas obligatorio en todas las instalación.</p>	<p>Demarcación con señalética que asegure la distancia de 1.5 metros de radio entre las personas.</p> <p>Se deberá tener visible los siguientes comunicados:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Medidas preventivas para evitar la propagación de COVID-19 · Técnica para la desinfección de manos de la OMS. 	<p>Profesor encargado del gimnasio de pesas.</p> <p>Coach encargado del grupo.</p> <p>No se deberán compartir artículos personales.</p>
--	---	---	---

IMPORTANTE

- El cubrebocas es de uso obligatorio y permanente.
- Se debe aplicar gel antibacterial a la entrada de la instalación.
- Se debe mantener la distancia mínima de 1,5 m. entre las personas en todo momento.
- Seguir las recomendaciones del lavado de manos.
- El maestro / instructor como parte de sus funciones deberá coadyuvar en la supervisión y observancia del cumplimiento de las normas de salud, higiene y distanciamiento físico para los estudiantes.
- Este protocolo es de carácter temporal hasta nueva instrucción y podrá ser objeto de modificaciones, según nuevos lineamientos internos o del gobierno nacional para luego ser comunicados de manera oportuna con los estudiantes y colaboradores.

3 Protocolo para uso de Gimnasio del Pesas

<p>Protocolo para uso del Gimnasio de Pesas</p>	<p>Medida preventiva de seguridad sanitaria que se implementará para el uso del gimnasio de pesas dentro de las instalaciones del Tecnológico de Monterrey.</p>
<p>Propósito del Protocolo</p>	<p>Reforzar las medidas de seguridad sanitario durante el uso de la instalación con el fin de minimizar riesgos de contagio.</p>
<p>A quienes se aplica este protocolo</p>	<p>Alumnos, profesores y colaboradores.</p>
<p>Implementación</p>	<p>Cada Campus deberá realizar la implementación de las medidas de seguridad sanitaria.</p>

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	CONFIGURACION DE ESPACIOS / EQUIPAMIENTO E INSUMOS	RESPONSABLES Y OBSERVACIONES
<p>1) Ingreso al Gimnasio de pesas</p>	<p>1.0. El ingreso debe ser escalonado con el fin de asegurar la distancia de 1.5 m entre cada persona.</p> <p>1.2. Al traspasar el acceso permitido y al ingreso del filtro sanitario se verificará el buen uso de tapabocas.</p> <p>1.3. Se verificará que el usuario cuente con una toalla limpia y su propio recipiente de agua.</p> <p>1.4. Se ofrece la aplicación de gel antibacterial (70% alcohol).</p> <p>1.5. Cuestionario de detección de signos y síntomas. (Ver Anexo 2).</p>	<p>El espacio debe de tener visible los siguientes comunicados:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Medidas preventivas para evitar la propagación de COVID-19. · Técnica para la desinfección de manos de la OMS. <p>El personal debe contar con:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Cubrebocas. <p>El personal debe estar capacitado en:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Medidas preventivas para evitar la propagación del virus COVID-19. · Técnica para la desinfección de manos de la OMS. · Recomendaciones del uso de cubrebocas. <p>El espacio debe contar con:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Gel antibacterial. · Kit de sanitización proporcionado por Planta Física (***) para la limpieza constante de pesas y superficies. 	<p>Profesor ByDE encargado del gimnasio de pesas.</p> <p>Profesor ByDE encargado del grupo.</p> <p>No se deberán compartir bolígrafos ni libretas.</p>

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	CONFIGURACION DE ESPACIOS / EQUIPAMIENTO E INSUMOS	RESPONSABLES Y OBSERVACIONES
2) Uso de equipo	Utilizar el kit de sanitización para que puedan limpiar áreas o superficies de contacto común, como pesas, manubrios de bicicletas, controles electrónicos de corredoras, etc. Y recomendar su uso antes y después de haber realizado actividad física. Uso de toalla limpia obligatoria. Uso de cubrebocas obligatorio en toda la instalación.	Demarcación con señalética que asegure la distancia de 1.5 metros de radio entre las personas. Se deberá tener visible los siguientes comunicados: · Medidas preventivas para evitar la propagación de COVID-19 · Técnica para la desinfección de manos de la OMS.	Profesor ByDE encargado del gimnasio de pesas. Profesor ByDE encargado del grupo. No se deberán compartir artículos personales.
3) Tiempo de uso y aforo de la instalación	El tiempo será de 30 a 40 minutos máximo por sesión de entrenamiento. Máximo 10 usuarios. *El aforo se aplicará siempre y cuando el espacio pueda cumplir con el distanciamiento social de 1.5 metros.		Profesor ByDE encargado del gimnasio de pesas. Profesor ByDE encargado del grupo
IMPORTANTE			
<ul style="list-style-type: none"> · El cubrebocas es de uso obligatorio y permanente · Se debe aplicar gel antibacterial o lavarse las manos antes y después de descanso o hidratarse. · Se debe mantener la distancia mínima de 1,5 m. entre las personas en todo momento. · Seguir las recomendaciones del lavado de manos. · El personal como parte de sus funciones deberá coadyuvar en la supervisión y observancia del cumplimiento de las normas de salud, higiene y distanciamiento físico para estudiantes y coaches. · Este protocolo es de carácter temporal hasta nueva instrucción y podrá ser objeto de modificaciones, según nuevos lineamientos internos o del gobierno nacional para luego ser comunicados de manera oportuna con los estudiantes y colaboradores. 			

4

Protocolo para uso de alberca

Protocolo para uso de alberca	Medida preventiva de seguridad sanitaria que se implementará para el uso de albercas dentro de las instalaciones de los campus de Universidad Tecmilenio
Propósito del Protocolo	Reforzar las medidas de seguridad sanitario durante el uso de la instalación con el fin de minimizar riesgos de contagio.
A quienes se aplica este protocolo	Alumnos, profesores, colaboradores, externos.
Implementación	Cada Campus deberá realizar la implementación de las medidas de seguridad sanitaria.

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	CONFIGURACION DE ESPACIOS / EQUIPAMIENTO E INSUMOS	RESPONSABLES Y OBSERVACIONES
1) Ingreso a la instalación	1.0 El ingreso debe ser escalonado con el fin de asegurar la distancia de 1.5 m entre cada persona. 1.1. Al traspasar el acceso permitido y al ingreso del filtro sanitario se verificará el buen uso de cubrebocas.	El espacio debe de tener visible los siguientes comunicados: · Medidas preventivas para evitar la propagación de COVID-19 · Técnica para la desinfección de manos de la OMS.	Profesor ByDE encargado de la alberca. Profesor ByDE encargado del grupo.

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	CONFIGURACION DE ESPACIOS / EQUIPAMIENTO E INSUMOS	RESPONSABLES Y OBSERVACIONES
1) Ingreso a la instalación	<p>1.2 Se verificará que el usuario cuente con una toalla limpia y su propio recipiente de agua.</p> <p>1.3. Se ofrece la aplicación de gel antibacterial (70% alcohol).</p> <p>1.4. Cuestionario de detección de signos y síntomas. (Ver Anexo 1)</p>	<p>El personal debe contar con:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Cubrebocas. <p>El personal debe estar capacitado en:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Medidas preventivas para evitar la propagación del virus COVID-19. · Técnica para la desinfección de manos de la OMS. · Recomendaciones del uso de cubrebocas. <p>El espacio debe contar con:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Gel antibacterial. · Kit de sanitización proporcionado por Planta Física (**) 	<p>No se deberán compartir bolígrafos ni libretas.</p>
2) Uso de la alberca.	<p>2.0 Uso de toalla limpia obligatoria.</p> <p>2.1 El acceso de los estudiantes a las instalaciones se realizará teniendo en cuenta su aforo y siempre respetando la posibilidad de que dentro de la misma se asegure una distancia mínima de 1,5 metros.</p>	<p>La distancia entre los estudiantes utilizando la alberca deberá marcarse mediante un separador de líneas.</p>	<p>Profesor ByDE encargado de la instalación.</p> <p>Profesor ByDE encargado del grupo.</p> <p>No se deberán compartir artículos personales.</p>
3) Tiempo de uso y aforo de la instalación	<p>3.1 El tiempo será de 30 a 40 minutos máximo por sesión de entrenamiento.</p> <p>3.2 Máximo de 4 estudiantes dentro de la alberca y 1 profesor ByDE.</p> <p>*El aforo se aplicará siempre y cuando el espacio pueda cumplir con el distanciamiento social de 1.5 metros.</p>		
4) Ventilación de espacios cerrados	<p>4.0 Antes de la apertura de la piscina:</p> <p>4.1 La ventilación diaria deberá incrementarse, recomendando, siempre que sea posible, mantener una ventilación continuada de los espacios cerrados.</p> <p>4.2 Se recomienda abrir puertas y ventanas exteriores para aumentar la circulación de aire en el área, antes de realizar la limpieza y desinfección de la misma.</p> <p>4.3. En el caso de que la ventilación se proporcione a través de medios mecánicos, estos deben conservarse en buen estado de mantenimiento, limpieza y grado de desinfección adecuado.</p>		

IMPORTANTE

- El cubrebocas es de uso obligatorio y permanente fuera de la alberca.
- Se debe aplicar gel antibacterial o lavarse las manos antes y después de descanso o hidratarse.
- Se debe mantener la distancia mínima de 1,5 m. entre las personas en todo momento.
- Seguir las recomendaciones del lavado de manos.
- El personal como parte de sus funciones deberá coadyuvar en la supervisión y observancia del cumplimiento de las normas de salud, higiene y distanciamiento físico para estudiantes y coaches.
- Este protocolo es de carácter temporal hasta nueva instrucción y podrá ser objeto de modificaciones, según nuevos lineamientos internos o del gobierno nacional para luego ser comunicados de manera oportuna con los estudiantes y colaboradores.

5

Protocolo para espectadores en Instalaciones deportivas

Protocolo para espectadores instalaciones deportivas abiertas	Medida preventiva de seguridad sanitaria que se implementará para la entrada y uso de instalaciones deportivas dentro de los Campus de Universidad Tecmilenio en los que aplique, una vez que alcancemos la fase de nueva normalidad.
Propósito del Protocolo	Reforzar las medidas de seguridad sanitario durante el uso de la instalación con el fin de minimizar riesgos de contagio.
A quienes se aplica este protocolo	Estudiantes, profesores, colaboradores, exatecs, padres de familia, árbitros, visitantes y medios de comunicación, proveedores que deseen ingresar a la instalación.
Implementación	Cada Campus deberá realizar la implementación de las medidas de seguridad sanitaria.

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	CONFIGURACION DE ESPACIOS / EQUIPAMIENTO E INSUMOS	RESPONSABLES Y OBSERVACIONES
1) Llegada al acceso al filtro sanitario.	<p>1.0 Al salir de casa y al llegar al acceso permitido se deberá portar tapabocas, en caso contrario no se permitirá el ingreso de las personas</p> <p>1.2 El ingreso será unifilar y sólo se realizará por el área permitida e informada.</p> <p>1.3 Este ingreso debe ser escalonado para asegurar la distancia física de 1.5 metros entre cada persona.</p> <p>1.4. Se ofrece la aplicación de gel antibacterial (70% alcohol)</p> <p>1.5. Control de temperatura corporal.</p> <p>1.6 Diligenciar la Bitacora registro de accesos y filtro sanitario.</p>	<p>Demarcación con señalética que asegure la distancia de 1.5 metros de radio entre las personas.</p> <p>Se deberá tener visible los siguientes comunicados:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Medidas preventivas para evitar la propagación de COVID-19. · Técnica para la desinfección de manos de la OMS. <p>El personal de Seguridad debe estar dotado de EPP, tal como:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Cubrebocas. · Careta facial. <p>El personal de Seguridad debe estar capacitado en:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Medidas preventivas para evitar la propagación del virus COVID-19. · Técnica para la desinfección de manos de la OMS. · Recomendaciones del uso de cubrebocas. <p>Protocolo de Filtro Sanitario. Cada 3 horas se deberá realizar limpieza de superficie de accesos con solución clorada.</p>	<p>Coord. Seguridad/ Oficial Seguridad</p> <p>Verificar el cumplimiento de los protocolos de prevención de COVID- 19 y reforzar las instrucciones dadas en las charlas de seguridad previas al inicio de las actividades laborales y las compartidas en los medios de comunicación internos.</p>
2) Uso del espacio de gradas	<p>2.0 Espectadores deberán sentarse en el asiento marcado como autorizado para su uso.</p> <p>2.1 Cada usuario mantendrá artículos personales con él/ella en todo momento.</p> <p>2.2 Una vez terminado su uso, se le invitará al usuario a retirarse de la instalación.</p> <p>2.3 El uso de cubrebocas es obligatorio.</p>	<p>Personal de la instalación deberá marcar las gradas a utilizar respetando el distanciamiento mínimo de 1.5 m.</p> <p>Demarcación con señalética que asegure la distancia de 1.5 metros de radio entre las personas incluyendo pasillos.</p>	<p>Personal de la instalación.</p> <p>Espectadores</p> <p>No se deberán compartir artículos personales.</p>
3) Uso del espacio de área común.	<p>3.0 Sólo se realizará por el área permitida e informada.</p> <p>3.1 El uso de cubrebocas es obligatorio.</p> <p>3.2 Este espacio deberá ocuparse el menor tiempo posible con una distancia física de 1,5 metros entre las personas</p>	<p>Demarcación con señalética que asegure la distancia de 1.5 metros de radio entre las personas dentro de este espacio.</p> <p>Se deberá tener visible los siguientes comunicados:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Medidas preventivas para evitar la propagación de COVID-19 	<p>Personal de la instalación.</p> <p>Espectadores</p>

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	CONFIGURACION DE ESPACIOS / EQUIPAMIENTO E INSUMOS	RESPONSABLES Y OBSERVACIONES
4) Uso del espacio de sanitarios	<p>4.0 El acceso de los usuarios al espacio se realizará teniendo en cuenta su aforo y siempre respetando la posibilidad de que dentro de la misma se asegure una distancia mínima de 1,5 metros.</p> <p>4.1 Una vez terminado su uso, el usuario debe retirarse del espacio.</p> <p>4.2 El uso de cubrebocas es obligatorio.</p> <p>4.3 Se ofrece la aplicación de jabón para el lavado de manos.</p>	<p>Demarcación con señalética que asegure la distancia de 1.5 metros de radio entre las personas.</p> <p>Se deberá tener visible los siguientes comunicados:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Medidas preventivas para evitar la propagación de COVID-19. · Técnica para la desinfección de manos de la OMS. 	Personal de la instalación.

IMPORTANTE

- El cubrebocas es de uso obligatorio y permanente.
- Se debe aplicar gel antibacterial a la entrada de la instalación.
- Se debe mantener la distancia mínima de 1,5 m. entre las personas en todo momento.
- Seguir las recomendaciones del lavado de manos.
- El personal de la instalación como parte de sus funciones deberá coadyuvar en la supervisión y observancia del cumplimiento de las normas de salud, higiene y distanciamiento físico para los usuarios.
- Este protocolo es de carácter temporal hasta nueva instrucción y podrá ser objeto de modificaciones, según nuevos lineamientos internos o del gobierno nacional para luego ser comunicados de manera oportuna con los estudiantes y colaboradores.

6 Protocolo para uso de vestidores y regaderas

Protocolo para uso de vestidores y regaderas	Medida preventiva de seguridad sanitaria que se implementará para el uso de vestidores y regaderas dentro de las instalaciones de los campus de Universidad Tecmilenio.
Propósito del Protocolo	Reforzar las medidas de seguridad sanitario durante el uso de la instalación con el fin de minimizar riesgos de contagio.
A quienes se aplica este protocolo	Alumnos, profesores, colaboradores y externos.
Implementación	Cada Campus deberá realizar la implementación de las medidas de seguridad sanitaria.

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	CONFIGURACION DE ESPACIOS / EQUIPAMIENTO E INSUMOS	RESPONSABLES Y OBSERVACIONES
1) Ingreso al espacio	<p>1.0 El ingreso debe ser escalonado con el fin de asegurar la distancia de 1.5 m entre cada persona.</p> <p>1.2 Verificar que el usuario ingrese con cubrebocas.</p> <p>1.2 Verificar que el usuario cuente con una toalla y artículos personales.</p> <p>1.3. Se ofrecerá la aplicación de gel antibacterial (70% alcohol).</p>	<p>El espacio debe de tener visible los siguientes comunicados:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Medidas preventivas para evitar la propagación de COVID-19. · Técnica para la desinfección de manos de la OMS. <p>El espacio debe contar con:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Gel antibacterial. 	<p>Profesor ByDE encargado del grupo.</p> <p>No se deberán compartir artículos personales.</p>

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	CONFIGURACION DE ESPACIOS / EQUIPAMIENTO E INSUMOS	RESPONSABLES Y OBSERVACIONES
2) Uso de vestidores, baños y regaderas	<p>2.0 Uso de toalla obligatoria.</p> <p>2.1 El acceso de los usuarios a los espacios se realizará teniendo en cuenta su aforo y siempre respetando la posibilidad de que dentro de la misma se asegure una distancia mínima de 1,5 metros.</p> <p>2.2 Una vez terminado su uso, el usuario debe retirarse del espacio.</p>	<p>El espacio debe tener visible:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Señalamientos para mantener la sana distancia entre los usuarios y los objetos personales. · Jabón para el lavado de manos. 	<p>Profesor ByDE encargado del grupo.</p> <p>No se deberán compartir artículos personales.</p>
3) Tiempo de uso y aforo de la instalación	<p>3.1 El tiempo será de 30 a 40 minutos máximo por sesión.</p> <p>3.2 Máximo de 4 usuarios.</p> <p>*El aforo se aplicará siempre y cuando el espacio pueda cumplir con el distanciamiento social de 1.5 metros.</p>		<p>Profesor ByDE encargado del grupo.</p>

IMPORTANTE

- El cubrebocas es de uso obligatorio y permanente fuera de las regaderas.
- Se debe aplicar gel antibacterial o lavarse las manos antes y después de usar el baño.
- Se debe mantener la distancia mínima de 1,5 m. entre las personas en todo momento.
- Seguir las recomendaciones del lavado de manos.
- El coach / instructor como parte de sus funciones deberá coadyuvar en la supervisión y observancia del cumplimiento de las normas de salud, higiene y distanciamiento físico para los usuarios.
- Este protocolo es de carácter temporal hasta nueva instrucción y podrá ser objeto de modificaciones, según nuevos lineamientos internos o del gobierno nacional para luego ser comunicados de manera oportuna con los estudiantes y colaboradores.

7 Reglamento

1. La instalación deportiva está temporalmente abierta solo para equipos representativos en horario y tiempo restringido.

Reglamento para instalación deportiva:

1. Lava tus manos antes y después de realizar tu actividad.
2. Desinfecta el material o equipamiento que utilices antes y después de tu actividad.
3. Utiliza el cubrebocas en todo momento.
4. Mantén tus pertenencias alejadas de las pertenencias de otro compañero(a).
5. Lleva tu propio recipiente con agua para hidratarte durante la actividad.
6. No compartas ningún artículo personal.
7. No olvides mantener la sana distancia de 1,5 metros.
8. No dejar alguna pertenencia en la instalación.
9. Te invitamos a desocupar la instalación una vez que hayas terminado tu actividad.

Reglamento para espectadores al ingresar a la instalación deportiva:

1. Utiliza el cubre bocas en todo momento.
2. Mantén una sana distancia mínima de 1.5 m. en las gradas.
3. No olvides alguna pertenencia en la instalación.
4. Te invitamos a desocupar la instalación una vez que el evento haya terminado.

Reglamento para vestidores y sanitarios en instalaciones deportivas:

1. Lava tus manos antes y después de realizar tu actividad.
2. Evita ingresar en grupo.
3. Si te encuentras con alguien mantén una sana distancia.
4. No dejar ninguna pertenencia en el área de regaderas, vestidores o baños.
5. El uso de cubrebocas es obligatorio.
6. Mantén tus pertenencias lejos de otras pertenencias.

2. La instalación cultural está temporalmente abierta solo para compañías en horario y tiempo restringido.

Reglamento para instalaciones artísticas:

1. Pasa por el filtro sanitario instalado en la entrada del campus.
2. Lava tus manos antes y después de realizar tu actividad.
3. Desinfecta el material o instrumento que utilices antes y después de tu actividad.
4. Utiliza el cubre bocas en todo momento.
5. Mantén tus pertenencias alejadas de las pertenencias de otro compañero(a).
6. Lleva tu propio recipiente con agua para hidratarte durante la actividad.
7. No compartas ningún artículo personal.
8. No olvides mantener la sana distancia.
9. No dejar alguna pertenencia en la instalación.
10. Te invitamos a desocupar la instalación una vez que hayas terminado tu actividad.

Reglamento para el público al ingresar a la instalación cultural:

1. Utiliza el cubre bocas en todo momento.
2. Mantén una sana distancia mínima de 1.5 m.
3. No olvides alguna pertenencia en la instalación.
4. Te invitamos a desocupar la instalación una vez que el evento haya terminado.

Reglamento para vestidor o camerino en instalación cultural:

1. Evita ingresar en grupo.
2. Si te encuentras con alguien mantén una sana distancia de 1,5 metros.
3. No dejar ninguna pertenencia.
4. El uso de cubrebocas es obligatorio.
5. Mantén tus pertenencias lejos de otras pertenencias.

8 FAQ

Para Fase de Arranque:

¿Qué oferta de actividades ByDE tengo disponibles?

En Vive ByDE en casa podrás encontrar una variedad de oferta desde clases, talleres, eventos virtuales hasta torneos nacionales de ESPORTS.

Para más información consulta directamente al Coordinador ByDE de tu campus.

¿Podré tomar clases, talleres o inscribirme a los intramuros atléticos y deportivos de manera presencial?

No. Para esta primera fase la oferta de talleres ByDE será de manera virtual a través de VIVE ByDE en Casa, para conocer la oferta y horarios, consulta al Coordinador ByDE de tu campus y la oferta publicada en CANVAS.

¿Podré tomar clases, talleres ByDE de arte y cultura de manera presencial?

No. Para la primera fase la oferta de talleres ByDE será de manera virtual a través de VIVE ByDE en Casa. Para conocer la oferta y horarios, consulta al Coordinador ByDE y la oferta publicada en CANVAS.

¿Dónde puedo inscribirme a los Talleres ByDE?

Puedes hacerlo durante la semana de inscripción de talleres a través de la plataforma CANVAS o consulta a tu Coordinador ByDE, quién te podrá orientar al respecto.

¿Si no inscribí Talleres ByDE, puedo tomarlas desde VIVE ByDE en Casa?

Si. las clases estarán disponibles para todos los estudiantes de Universidad Tecmilenio sin necesidad de inscribirlos.

¿Cuántas Clases puedo tomar desde VIVE ByDE en Casa?

Todas las que sean de tu interés, cuidando siempre tu salud y administrando tus tiempos.

¿Podré tener reuniones o actividades presenciales como miembro de Capítulos Estudiantiles o Capitanes de Sociedades o algún grupo estudiantil?

No. Por el momento se realizarán únicamente de manera virtual.

¿En caso de una urgencia, el servicio médico estará disponible?

Si. Los servicios médicos en campus brindarán atención únicamente a casos de urgencia (fracturas, cortaduras, dolores agudos, desmayos, etc.).

¿Puedo asistir a webinars o conferencias desde casa?

Si. En VIVE ByDE en Casa contamos con ByDE Juntos donde podrás encontrar diferentes conferencias o webinar que te ayudarán en tu desarrollo o interés. Para más detalles consulta al Coordinador ByDE de tu campus.

¿El servicio de Tu Red de Bienestar está disponible?

Si. Podrás recibir acompañamiento, las 24 h del día, los 365 días del año a través de Tu Red de Bienestar, marcando al 8007119671.

¿El servicio de mentoría está disponible?

Si. Podrás contactar directamente a tu mentor o líder de generación.

¿Se podrá solicitar algún material deportivo como balones, portería, red, colchones, etc., para realizar alguna actividad de recreación?

No. Por el momento no está permitido su uso dentro o fuera del campus.

¿Se podrá solicitar algún material deportivo como balones, portería, red, colchones, etc., para realizar alguna actividad de recreación?

No. Por el momento no está permitido su uso dentro o fuera del campus.

¿Se podrá solicitar algún material de arte y cultura como instrumentos, equipo de sonido, vestuario etc., para realizar alguna actividad de recreación?

No. Por el momento no está permitido su uso dentro o fuera del campus.

¿Se puede utilizar o solicitar el préstamo de alguna instalación deportiva (canchas abiertas, canchas cerradas, alberca, etc.) para alguna actividad recreativa?

No está permitido por el momento.

¿Se puede utilizar o solicitar el préstamo de alguna instalación cultural (salones, teatro, etc.) para alguna actividad recreativa?

No está permitido por el momento.

¿Puedo hacer uso del gimnasio de pesas?

No está permitido por el momento.

¿Tengo que estar inscrito en alguna clase o periodo académico para participar en actividades promovidas en VIVE ByDE en Casa?

Aún sin estar inscrito puedes acceder a algunas actividades de la oferta VIVE ByDE en Casa.do

9

Anexos

ANEXO 1. RECOMENDACIONES DE DISTANCIAMIENTO SOCIAL EN INSTALACIONES CULTURALES.

a) Espacio entre los estudiantes durante su actividad y uso de cubrebocas:



ANEXO 1. RECOMENDACIONES DE DISTANCIAMIENTO SOCIAL EN INSTALACIONES DEPORTIVAS.

a) Espacio entre estudiantes atletas durante su actividad y uso de cubrebocas:



ANEXO 2. RECOMENDACIONES DE DISTANCIAMIENTO SOCIAL EN VESTIDORES Y REGADERAS.

a) Vestidores:



b) Regaderas



ANEXO 2. CUESTIONARIO DE DETECCIÓN DE SIGNOS Y SÍNTOMAS

En caso de que el formador detecte alguna irregularidad en el estado de salud de un estudiante durante la actividad, el formador deberá realizar este cuestionario básico de síntomas de COVID-19 para determinar si el estudiante debe de asistir al servicio médico o lugar asignado para este protocolo en el campus.

Fecha de aplicación (día/mes/año)																					
Nombre del entrevistado:																					
Función y nombre de la persona que realizó el cuestionario:																					
1.- En los últimos 7 días, ha tenido alguno de los siguientes síntomas:																					
<table border="1"> <tr> <th>Síntoma</th> <th>Sí</th> <th>No</th> </tr> <tr> <td>Fiebre</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Tos, estornudos</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Malestar general</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Dolor de cabeza</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Dificultad para respirar</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>		Síntoma	Sí	No	Fiebre			Tos, estornudos			Malestar general			Dolor de cabeza			Dificultad para respirar				
Síntoma	Sí	No																			
Fiebre																					
Tos, estornudos																					
Malestar general																					
Dolor de cabeza																					
Dificultad para respirar																					
Presenta síntomas		Firma de quien realizó el cuestionario.																			
Si:	No:																				
En caso de presentar síntomas, acudir al servicio médico o lugar asignado para este protocolo.		Función y nombre de quien recibe al estudiante:																			

ANEXO 2. RECOMENDACIONES DE DISTANCIAMIENTO SOCIAL EN VESTIDORES Y REGADERAS.

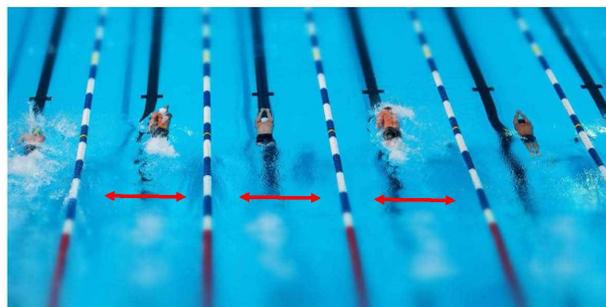
a) Vestidores:



b) Regaderas:



ANEXO 2. EJEMPLO DISTANCIAMIENTO SOCIAL EN ALBERCA



ANEXO 1. RECOMENDACIONES DE DISTANCIAMIENTO SOCIAL EN INSTALACIONES DEPORTIVAS.

a) Señalización de asientos:



ANEXO 2. BITACORA REGISTRO DE ACCESOS Y FILTRO SANITARIO

BITACORA REGISTRO DE ACCESOS Y FILTRO SANITARIO					
Medida preventiva de seguridad sanitaria que se implementará, mediante la instalación de un filtro sanitario, bajo controles de estricto cumplimiento, antes del ingreso de cualquier persona a los Campus y demás instalaciones del Tecnológico de Monterrey. Este protocolo es de carácter temporal hasta nueva instrucción y podrá ser objeto de modificaciones, según nuevos lineamientos internos o del gobierno nacional para luego ser comunicados de manera oportuna con los colaboradores.					
DOCUMENTO COMPLEMENTARIO AL PROTOCOLO PARA ESPECTADORES EN INSTALACIONES DEPORTIVAS.					
CUESTIONARIO PARA APLICAR A ESTUDIANTES, COLABORADORES, PADRES DE FAMILIA Y PUBLICO EN GENERAL.					
NOMBRE:	1) Porta cubrebocas y realiza el proceso de desinfección de manos	2) Presenta síntomas: Tos, dolor de cabeza, dificultad para respirar, dolor en las articulaciones, dolor muscular, dolor de garganta, escorrimiento nasal, conjuntivitis (enrojecimiento, picazón y ojos llorosos), dolor en el pecho, diarrea, pérdida del olfato o gusto.	3) En su núcleo familiar se encuentra alguien con presencia de alguno de estos síntomas.	4) Medio de transporte empleado (Público o Privado)	5) Temperatura igual o superior a 38°C
Presenta síntomas	Si: No:	Accede a instalación: Si No	Firma de quien realizó el cuestionario.		

ANEXO 3. EJEMPLO DE ACTIVIDAD DURANTE FASE DE ARRANQUE

Metodología de Trabajo en cancha

Disciplina: Basquetbol

- Primeras Sesiones individualizadas, a puerta cerrada y en 2 turnos en días alternos.
- Jugador por aro con un entrenador y manteniendo la sana distancia con el entrenador.
- Material individual y de uso exclusivo.
- Entrenamientos por escrito anticipados a la sesión.
- 30 min. De diferencia entre grupo convocado.
- 12 jugadores trabajados por día.

Entrenamientos Basquetbol	Entrenamientos Físico
2 Grupos de 6 jugadores.	Individual 2 sesiones
40min por Sesión	40 min por sesión.
Técnica Individual	Potencia Aerobia /Fuerza