



## **INFORMACIÓN SOBRE PROTOCOLOS DE BIO SEGURIDAD DE LA CARRERA VERDE BOGOTÁ 2022**

La CARRERA VERDE BOGOTÁ 2022 en cumplimiento de la Resolución No. 304 de 2022, expedida por el Ministerio de Salud y Protección Social, por medio del cual se prorroga la emergencia sanitaria por el COVID-19, hasta el 30 de abril de 2022, y en cumplimiento de las normas concordantes impartidas por el Gobierno Nacional, se permite informar las medidas de Bioseguridad adoptadas para la carrera con base en el decreto 1615 del 2021 expedido por el Ministerio del Interior y El Ministerio de Salud y Protección Social, y, la resolución 350 del 2022 expedida por el Ministerio de Salud y Protección Social:

### **Vacunación:**

- Es requisito indispensable para ingresar a la Feria Ambiental para reclamar el kit de competencia presentar el carné de vacunación contra el Covid-19 o el certificado digital de vacunación disponible en el link: [mivacuna.sispro.gov.co](http://mivacuna.sispro.gov.co), en el que se evidencie el esquema de vacunación completo -mínimo dos dosis-, para mayores de 12 años. Sin el cumplimiento de este requisito no será entregado el número de competencia.
- Para el día de la carrera los participantes que porten el número no deberán presentar el carné de vacunación al ingreso de la Plaza de Eventos del Parque Simón Bolívar.
- Los acompañantes o personas que quieran ingresar a la Plaza de Eventos del Parque Simón Bolívar o los corredores que no porten el número deberán presentar el carné de vacunación contra el Covid-19 o el certificado digital de vacunación.

### **Distanciamiento:**

- Durante la estadía de los corredores y o acompañantes en la zona de concentración de la Carrera Plaza de Eventos del Parque Simón Bolívar deberá mantenerse el distanciamiento social, tratando de que siempre se mantengan dos metros entre personas.
- Recomendamos limitar al máximo el contacto o acercamiento entre personas.
- Si se encuentra en fila para la utilización de algunos de los servicios de la carrera tales como baños, guardarropas, ingreso corredor de salida, entrega de medallas o cualquier zona que genere fila o zonas de espera deberá mantener el distanciamiento físico, tratando de que se mantenga los dos metros de distancia.

**Tel.: (+57 1) 6949802**

**Cel.: 317 4037772**

**e-mail: [estrategiaatletica@hotmail.com](mailto:estrategiaatletica@hotmail.com)**

**Dirección: Carrera 29 B # 79 – 13**

**Bogotá D.C. – Colombia**



- Evite el contacto físico por motivos de euforia tales como, abrazos, saludos de mano, intercambio de elementos de carrera como toallas, alimentos o botellas de agua.

#### **Tapabocas:**

- De acuerdo con las indicaciones de la Secretaria Distrital de Salud a pesar de la decisión de no utilizar tapabocas en espacios abiertos, se mantiene la obligatoriedad del uso de tapabocas en espacios abiertos de alta aglomeración, esto quiere decir que mientras se esté concentrado en la Plaza de Eventos para las sesiones de calentamiento, estiramiento y premiación es obligatorio el uso de tapabocas.
- Los corredores podrán hacer el recorrido de la carrera sin tapabocas, procurando siempre mantener el distanciamiento entre competidores.
- Al acercarse a utilizar algunos de los servicios de la carrera tales como los baños, puntos de hidratación, primeros auxilios, lugares de información, guardarropa o ceremonia de premiación deberá usar de forma obligatoria el tapabocas.
- Si el participante o algún acompañante tiene alguna comorbilidad deberá utilizar permanentemente el tapabocas.

#### **Higiene y desinfección:**

- Antes de dirigirse al Parque Simón Bolívar el día de la Carrera deberá realizar un buen lavado de manos.
- Los corredores y acompañantes deberán portar alcohol glicerinado o gel antibacterial, para ser utilizado de manera frecuente después de utilizar los medios de transporte público, vehículo particular, moto, bicicleta, patineta u otro. Y así mismo antes y después de utilizar cualquier servicio de la Carrera.
- No se deben intercambiar prendas con ninguna persona.

#### **Manejo de residuos:**

- Los participantes deberán identificar los lugares en donde se puede depositar los residuos producidos durante su estadía en la Carrera, en especial los tapabocas, los plásticos de las botellas de hidratación o el desecho de los alimentos que consuma durante su estadía en el Parque Simón Bolívar.

#### **Si el participante ya tubo COVID:**

- Las secuelas del COVID son innumerables y en muchas ocasiones estas afectan directamente tanto el sistema respiratorio como el sistema cardiovascular, generando





una disminución en las capacidades físicas de los corredores, por tal razón es importante tener en cuenta las siguientes recomendaciones:

- Prepárese con anterioridad en la distancia que va a competir.
- Si siente que sus capacidades físicas y de resistencia han disminuido consulte al médico.
- Evite los sobreesfuerzos.
- Tenga en cuenta las variaciones en su frecuencia cardiaca antes, durante y después de la carrera.
- Durante la competencia usted debe estar atento a su ritmo cardiaco, si disminuye notoriamente o se eleva excesivamente durante el recorrido, estas situaciones pueden ser una señal de riesgo para usted, diríjase de inmediato a uno de los puestos de atención medica dispuestos en el recorrido por la organización.
- Al final de la competencia procure mantener su ritmo de carrera y no se exceda en el remate de carrera.
- No se exponga al sol sin utilizar Bloqueador.
- Hidrátese permanentemente antes durante y después de la carrera.

#### **Autoexclusión:**

- Conscientes de los cambios en los contagios de COVID y los síntomas que actualmente se presentan, invitamos a que los corredores o participantes inscritos en la Carrera y que presente algunos de los siguientes síntomas procedan de manera responsable con el Proceso de Autoexclusión, es decir de forma responsable que, a pesar de haber cumplido con la inscripción, haber reclamado el kit de competencia, pero sí presenta algún síntoma de forma voluntaria no asista el día de la Carrera:
  - Presenta síntomas como dolor de cabeza, dolor de cuerpo, fiebre, malestar estomacal, tos o congestión nasal.
  - Dificultad para respirar.
  - Si se ha vacunado previo a los días de la Carrera y manifiesta algún síntoma posvacuna.
  - Presenta algún síntoma como los mencionados anteriormente y tiene alguna comorbilidad.
  - Tener diagnóstico de COVID positivo o haber estado en contacto con algún paciente de COVID positivo en la semana anterior al día de la carrera.

La CARRERA VERDE BOGOTÁ 2022 es un evento público, que genera alta aglomeración, por tal razón debemos cumplir estrictamente con la reglamentación emitida por las diferentes entidades de carácter Nacional y Distrital frente a las medidas orientadas para el manejo de la emergencia sanitaria producto del COVID-19.

*El presente documento se ha elaborado exclusivamente para el desarrollo de la CARRERA VERDE BOGOTÁ 2022, y se entenderá como un acuerdo de confidencialidad, no podrá ser*

**Tel.: (+57 1) 6949802**

**Cel.: 317 4037772**

**e-mail: [estrategiaatletica@hotmail.com](mailto:estrategiaatletica@hotmail.com)**

**Dirección: Carrera 29 B # 79 – 13**

**Bogotá D.C. – Colombia**





*utilizado parcial o totalmente para la realización de otros proyectos similares,  
está prohibida su reproducción total o parcial sin previa y expresa autorización del autor.*



**JOSÉ MANUEL RIAÑO MANRIQUE  
DIRECCIÓN TÉCNICA  
CARRERA VERDE BOGOTÁ 2022  
ESTRATEGIA ATLÉTICA**

