



PROTOCOLO DE MANEJO Y
PREVENCIÓN ANTE COVID-19 EN
GIMNASIOS ABIERTOS AL PÚBLICO

#CuidémonosEntreTodos

PROTOCOLO DE MANEJO Y PREVENCIÓN ANTE COVID-19 EN GIMNASIOS ABIERTOS AL PÚBLICO

I. OBJETIVOS

Establecer las medidas preventivas a realizar en las zonas de salas de ejercicios con y sin maquinas dentro de los gimnasios abiertos a público para disminuir el riesgo de contagio de COVID-19.

II. MEDIDAS DE PREVENCIÓN OBLIGATORIAS

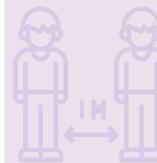
- Transporte público o privado sujeto a pago.
- Ascensores y funiculares.
- Espacios cerrados.
- Espacios comunes de condominios.
- Vía pública de zonas urbanas o pobladas.

Uso de Mascarilla



- Mantener **un metro lineal de distancia** entre cada persona.
- En espacios cerrados de atención a público, **no puede haber más de una persona** por cada 10 m².
- En los lugares donde se formen filas, se deberá demarcar la distancia de **un metro lineal**.

Distanciamiento Físico



Higiene, limpieza y desinfección



Deberán limpiarse y desinfectarse al menos una vez al día:

- Lugares de trabajo.
- Herramientas y elementos de trabajo.
- Espacios cerrados de uso comunitario.

Información

Todos los recintos cerrados que atiendan público deberán señalizar:

- Información sobre el **aforo máximo** permitido.
- Información que recuerde el **distanciamiento físico mínimo** que se debe respetar al interior del recinto.
- Obligaciones y recomendaciones generales de autocuidado.

*El detalle y excepciones de estas medidas se encuentran definidas en el Protocolo Nacional "MODO COVID DE VIDA" basado en la Resolución Exenta N°591 del 23 de julio de 2020 del Ministerio de Salud y aquellas que la modifiquen.

III. RECOMENDACIONES DE AUTOCUIDADO



IV. FASES PASO A PASO

De acuerdo a lo dispuesto en la Resolución Exenta N° 591 del 23 de julio de 2020, del Ministerio de Salud, los gimnasios abiertos a públicos podrán reabrir en las siguientes etapas y condiciones:

Paso 1. Cuarentena: Se prohíbe el funcionamiento de gimnasios abiertos al público.

Paso 2. Transición: Se prohíbe el funcionamiento de gimnasios abiertos al público.

Paso 3. Preparación: Se prohíbe el funcionamiento de gimnasios abiertos al público.

Paso 4. Apertura Inicial: Se prohíbe el funcionamiento de gimnasios abiertos al público.

Paso 5. Apertura Avanzada: Se permite el funcionamiento de gimnasios abiertos al público, a un 50% de su capacidad.

V. RECOMENDACIONES ESPECÍFICAS PARA EL SECTOR

RELATIVAS AL LUGAR

- Se deberán seguir las instrucciones y medidas preventivas para la limpieza y desinfección del lugar de trabajo y espacios comunes conforme al Protocolo Modo COVID de Vida. (https://cdn.digital.gob.cl/public_files/Campa%C3%B1as/Corona-Virus/documentos/paso-a-paso/Protocolo-nacional-covid.pdf)
- El recinto cuenta con agua potable, jabón líquido para el lavado de manos y un sistema desechable para el secado de manos (ej.: toallas de papel desechable) o bien secador de aire caliente, tanto para trabajadores, personal externo y usuarios.
- Al ingreso del establecimiento y de áreas comunes se debe disponer de medios para el lavado de manos o aplicación de solución de alcohol al 70%. Además, dicha solución

deberá estar disponible en todas las áreas de gimnasio (recepción, vestidores, áreas de cardio, musculación, peso libre, salas colectivas, etc.) tanto para trabajadores, usuarios y personal externo.

- El recinto se encuentra ventilado o, en su defecto, los sistemas de ventilación mecánica permiten el recambio de aire en el local (la extracción y su renovación).
- Para las zonas de entrenamiento y actividad física utilizar señalización visible indicando los distanciamientos mínimos.
- En las zonas de circulación, indicar claramente mediante señalización visible y permanente la obligación de distanciamiento de al menos 1 metro lineal. Se sugiere generar flujos de circulación demarcados que contribuyan a reducir la interacción entre personas.
- Obligación de uso de mascarilla para todas las personas que ingresen al recinto (Usuarios, Trabajadores, personas externas) y durante todo el tiempo de permanencia. Las excepciones de esta obligatoriedad serán, durante momentos de hidratación, alimentación o bien cuando se encuentren en la ducha.

RESPECTO A ENTRADAS Y SALIDAS DEL ESTABLECIMIENTO

- En todos los recintos cerrados que atiendan público se mantiene señalización en todas las entradas sobre:
 - El aforo máximo permitido.
 - El distanciamiento físico mínimo de al menos 1 metros que se debe respetar.
 - Señalética que indique las obligaciones y recomendaciones generales de autocuidado, conforme a la normativa dispuesta por la autoridad sanitaria (ver infografía en página dos).
- Demarcar visiblemente la distancia de un metro lineal entre cada persona en los lugares donde se forman filas.
- Restringir la cantidad de accesos disponible y sólo dejar habilitados los accesos principales.
- Se medirá a temperatura a toda persona que ingrese al recinto. En caso de presentar alguna temperatura igual o superior a 37.8°C o bien algún síntoma, se prohibirá su ingreso.

- Todos los establecimientos llevarán un control de la asistencia/visita de usuarios, registrando la identidad de ellos y el horario de ingreso al recinto, permitiendo así la trazabilidad en la eventualidad que se detectarán casos de contagio. Esta información deberá mantenerse por un mínimo de 30 días y estará disponible para ser entregada al Ministerio de Salud o como las autoridades lo determinen.

RESPECTO A ÁREAS DE ENTRENAMIENTO Y ESPACIOS COMUNES

- En el caso del equipamiento fijo (trotadoras, elípticas, bicicletas, o similares) se podrá inhabilitar equipo por medio, con tal de generar un distanciamiento físico entre los ejes centrales de dos equipamientos contiguos.
- Modificar o suspender las clases grupales donde por su naturaleza existe alternancia o uso de elementos compartidos, evitando así el riesgo de contacto por uso común de elementos que no pudieran ser desinfectados durante la clase. No compartir elementos entre usuarios durante la clase.
- Limpiar y desinfectar, al menos una vez al día, todos los espacios, superficies y elementos expuestos al flujo de personas, ya sea de funcionarios o usuarios, y proceder a la limpieza y desinfección antes de reanudar la actividad, siguiendo el Protocolo de Limpieza y Desinfección de ambientes COVID-19 (https://cdn.digital.gob.cl/public_files/Campa%C3%B1as/Corona-Virus/documentos/paso-a-paso/Protocolo-Nacional-030920.pdf)
- Limpiar y desinfectar permanentemente equipos, mancuernas, barras y cualquier superficie o accesorio que sea manipulado por los usuarios.
- Se deberá contar con contenedores (basureros) para la disposición de los residuos en las áreas y lugares comunes del recinto.
- Bebederos deberán quedar habilitados sólo para ser usados para llenar con agua recipientes o botellas personales, claramente señalizados en el lugar.

RESPECTO A LOS SERVICIOS SANITARIOS

- Disponer de inodoros en buen estado de mantención y, basureros, lavamanos, jabón y papel higiénico en portarrollos.
- Para aquellos gimnasios que proveían servicio de toalla (baño y/o entrenamiento), este servicio estará temporalmente suspendido.

- Para el secado de manos contar con secador de aire caliente o papel absorbente desechable.
- Respecto a los vestidores, estos podrán ser utilizados respetando siempre el distanciamiento mínimo, el cual será demarcado en el piso.
- Accesorios como secadores de pelo, planchas u otros elementos de uso compartido serán suprimidos durante este periodo.

RESPECTO A FUNCIONARIOS

- Seguir las acciones determinadas por la autoridad sanitaria frente a medidas preventivas dentro de los lugares de trabajo, así como los lineamientos de actuación frente a un posible caso de Covid -19 conforme al Protocolo de Actuación en el Lugar de Trabajo. https://cdn.digital.gob.cl/public_files/Campa%C3%B1as/Corona-Virus/documentos/paso-a-paso/Protocolo-actuacion-en-lugares-de-trabajo.pdf
- Se informa a todos los trabajadores(as) respecto a los riesgos de COVID-19, vías de transmisión, signos y síntomas, acciones si presenta síntomas, medidas preventivas y de autocuidado, método de trabajo correcto, uso correcto de elementos de protección personal en los casos que corresponda y disposición de desechos.
- Los trabajadores que realizan tareas de limpieza y desinfección deberán ser informados del procedimiento para la limpieza y desinfección, en el correcto uso y retiro de los elementos de protección personal, su desinfección o eliminación, según Protocolo de Limpieza y Desinfección de Ambientes Covid-19.
- Al ingreso:
 - Desinfectar sus manos con solución de alcohol al 70% y/o lavar priorizando uso de jabón líquido y toallas de papel desechables.
 - Botar mascarillas desechables al llegar y reemplazar por otra nueva durante su jornada laboral. En caso de usar mascarillas reutilizables en el traslado, guardar en una bolsa plástica y utilizar una mascarilla nueva durante la jornada laboral.
 - No compartir los elementos de protección personal ni los artículos de trabajo que son de uso exclusivo para los funcionarios que lo requieran.
 - En caso de utilizar ropa de trabajo, procurar que ésta sea de uso personal y exclusivo para operar dentro de las instalaciones debiendo lavarlas diariamente.

- Establecer horarios diferidos de almuerzo o comidas para evitar aglomeraciones, en caso de contar con casino o comedor, demarcar los asientos para asegurar el distanciamiento de al menos 1 metro entre cada persona.
- Evitar salir del establecimiento durante el turno.
- Evitar reuniones grupales. De ser necesarias, reducir en lo posible número de participantes, prohibir consumo de alimentos y bebestibles durante la reunión, conservar nombre y RUT de los participantes durante al menos un mes, contar con solución en base a alcohol al 70%
- Se recomendando incorporar el presente protocolo al reglamento interno de la empresa en caso de contar con uno, incluyendo todas las medidas preventivas y de control asociadas al contexto COVID-19 exigidas por la normativa vigente.

RESPECTO A LOS USUARIOS

- Cualquier usuario con algún síntoma relacionado con COVID-19 no deberá asistir al gimnasio. Se prohibirá el acceso a cualquier persona que presente síntomas que puedan ser asociados a esta enfermedad
- Antes de la entrada al gimnasio, se deberá disponer de una gráfica visible para que sea leída por todos los usuarios previo al acceso, con la siguiente información:
- Al ingresar usted declara bajo juramento que en los últimos 14 días:
 - No ha sido declarado como caso confirmado de COVID-19.
 - No ha experimentado síntomas comúnmente asociados con COVID-19.
 - No ha estado a sabiendas en contacto estrecho con un caso confirmado.
 - No ha sido declarado en cuarentena por viaje u otra causa
- Solicitar a los usuarios antes de entrar al establecimiento, desinfectar sus manos con solución de alcohol al 70% y/o lavar priorizando uso de jabón líquido y toallas de papel desechables, en lavamanos ubicados en las áreas que correspondan.
- Disponer de kits de limpieza consistentes de toallas de papel desechables y líquidos especiales para desinfección del equipamiento deportivo después de utilizado por parte de usuarios y funcionarios.
- Se sugiere administrar con sistema de reservas en aquellos horarios que podría comprometer el aforo permitido para evitar aglomeraciones.

RESPECTO A EXTERNOS

- Existe coordinación entre la empresa principal y las empresas contratistas y subcontratistas con el objeto de dar cumplimiento a las normas de protección y prevención de COVID-19.
- Se solicitará completar la declaración de estado de salud (ver anexo Declaración jurada de salud para proveedores externos), la que podrá ser enviada por medios electrónicos o ser llenada a la llegada del proveedor, debiendo cumplir con todas las condiciones para permitir su ingreso.

DECLARACIÓN JURADA DE SALUD PARA PROVEEDORES EXTERNOS

Por medio de mi firma, declaro que, en los últimos 14 días previos a esta fecha, yo no he:

- Sido declarado como caso confirmado de COVID-19.
- Experimentado síntomas comúnmente asociados con COVID-19.
- Estado a sabiendas en contacto estrecho con un caso confirmado.
- Sido declarado en cuarentena por viaje u otra causa.

| NOMBRE COMPLETO | RUT O PASAPORTE | CORREO ELECTRONICO | FIRMA |
|-----------------|-----------------|--------------------|-------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |