**PROTOCOLO PARA IMPLEMENTACIÓN DE PRÁCTICAS DE BIOSEGURIDAD**

**GIMNASIOS Y CENTROS DE ACTIVIDAD FÍSICA**

|  |  |
| --- | --- |
| **DATOS DEL ESTABLECIMIENTO DE COMERCIO:** | **Razón social:****Dirección:****Teléfono:** |
| **NOMBRE DEL EMPRESARIO:** |  |
| **NOMBRE DEL RESPONSABLE DE ADOPCIÓN Y CUMPLIMIENTO DE PROTOCOLOS DE SEGURIDAD:** |  |

**Objetivo**: Definir los protocolos preventivos y de seguridad que contengan las medidas de promoción y prevención necesarias para la reducción y mitigación de la exposición y contagio de los trabajadores, clientes y proveedores frente al COVID-19, en el marco del retorno a las actividades propias de gimnasios y centros de actividad física. Lo anterior, con el fin de disminuir el riesgo de transmisión del virus de humano a humano durante el desarrollo de todas sus actividades.

**Justificación**: La enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19) es una enfermedad respiratoria causada por el virus SARS-CoV. Se ha propagado desde China hacia un gran número de países alrededor del mundo, generando un impacto en cada uno de ellos a nivel de mortalidad, morbilidad y en la capacidad de respuesta de los servicios de salud, así mismo pueden afectar todos los aspectos de la vida diaria y las actividades económicas y sociales.

Por lo anterior, se han generado los lineamientos para orientar a la población frente a las medidas que se requieren para mitigar la transmisión del virus, las cuales deben adaptarse a las diferentes actividades y sectores, con el fin de continuar fortaleciendo la respuesta en la fase de mitigación del virus.

Los gimnasios y las instalaciones recreativas son elegibles para abrir, debido a que se considera que pueden garantizar un distanciamiento físico de al menos 2 metros entre personas y la desinfección de equipos compartidos entre personas.

**Medidas de bioseguridad**: Mediante la Resolución 666 de 2020, el Ministerio de Salud adopta el protocolo general de bioseguridad para mitigar, controlar y realizar el adecuado manejo de la pandemia del Coronavirus COVID-19. También establece que este protocolo debe ser adaptado a las diferentes actividades y sectores y luego aplicado por cada empresa o entidad y cumplido por todos sus trabajadores, con el objetivo de minimizar los factores de transmisión del COVID-19 y manejar adecuadamente la situación de emergencia.

**Ámbito de Aplicación**: El presente Protocolo de Bioseguridad para gimnasios y centros de actividad física de la provincia, como su denominación lo indica, rige para los sectores que despliegan actividad física para la población en general, incluye prácticas de pilates, yoga y toda actividad que se relacione con la realización de ejercicios físicos que impulsen el cuidado y mantenimiento de la salud e integridad física de los ciudadanos.

**Días y horarios de atención bajo la modalidad presencial**: Los gimnasios y centros de actividad física, podrán desarrollar sus actividades bajo la modalidad presencial los días \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ inclusive, en el horario de \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, no pudiendo excederse en los días y horario fijados bajo ninguna circunstancia y/o justificación.

**Exhiba y dé a conocer el protocolo**: Los propietarios y/o personas responsables del establecimiento, están obligados a procurar que el presente Protocolo de Bioseguridad para gimnasios y centros de actividad física, sea exhibido permanentemente en lugares de fácil visualización tanto para el personal que se desempeña a su cargo como para el público concurrente.

**Las medidas que han demostrado mayor eficiencia para la contención de la transmisión del virus son:**

* Lavado de manos (con abundante jabón, con al menos 30 segundos de estregado, de manera constante, por lo menos cada dos horas) Ver instructivo en la parte inferior.
* Distanciamiento social (no estar a menos de un metro de otras personas)
* Uso de tapabocas.
* Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar. Use el cesto de basura más cercano para desechar los pañuelos utilizados. Si no tiene a mano el pañuelo cúbrase muy bien con su antebrazo.
* Limpie sus manos (por ej., lávelas con agua y jabón o gel desinfectante para manos a base de alcohol) luego de estar en contacto con secreciones respiratorias y objetos/materiales contaminados.

**Alternativas de organización laboral**

* Se deberá establecer, en la medida de lo posible, un orden de ingreso de los trabajadores al establecimiento, de manera que se eviten las aglomeraciones y se reduzcan al máximo los contactos entre personas.
* Según el número de trabajadores con que cuente la empresa, se deberá hacer un plan de distribución de turnos y un cronograma de actividades, teniendo en cuenta las medidas adoptadas por el Gobierno Nacional y las Autoridades Locales. Para esto, se establecerán horarios flexibles que no excedan la jornada laboral máxima permitida legalmente.
* En los casos en que aplique, las reuniones de cambio de turno contarán con el menor número de participantes posible y se procurará realizar las entregas de los turnos usando mecanismos digitales.

**De las instalaciones**

* El gimnasio deberá tener un encargado o responsable de llevar el registro diario de ingreso del personal, proveedores y de los deportistas, como así también será el responsable de hacer cumplir los protocolos y en caso de detectar un caso sospechoso de COVID 19, aplicar el protocolo de aislamiento e informar a las autoridades correspondientes.

El registro deberá incluir datos como:

* Fecha
* Nombre del empleado, proveedor y deportista
* Cuántos años tiene
* Cómo es su estado de salud: ha presentado tos, fiebre y/o dificultades para respirar
* Con quién vive y edades de su grupo familiar
* Como es el estado de salud del grupo familiar
* Qué medio utiliza para desplazarse de la casa
* Dirección de residencia
* Municipio
* Teléfono

Puede consultar un modelo para adaptar a su establecimiento en el siguiente link: [**https://url2.cl/EJ9fk**](https://url2.cl/EJ9fk)

* Se realizará una desinfección general antes de la apertura del gimnasio, que incluya pisos, paredes, equipos, baños, lavamanos, entre otros. Esta acción debe realizarse mínimo 2 veces al día y de forma constante en los sitios y aparatos más concurridos, cuando entre en funcionamiento el gimnasio.
* Garantizar la correcta circulación del aire y evitar el uso de aire acondicionado o ventiladores en las instalaciones. Tomar medidas para favorecer la circulación y recambio de aire en espacios cerrados o con escasa ventilación y realizar el mantenimiento de los equipos respectivos y sistemas de ventilación.
* Contar con lavamanos y en sanitarios, los cuales deberán encontrarse provista con productos de higiene (gel antibacterial o alcohol al 70% y productos de desinfección). Disponer de tal forma que el usuario pueda utilizar dichos elementos fácilmente. Asimismo, el establecimiento deberá contar con rollos de papel y/o toallas desechables en las referidas estaciones de aseo.
* Los sanitarios deberán estar ventilados y desinfectados y deberán contar con dispensadores de jabón líquido y toallas de papel. Las puertas, los lavamanos, los sanitarios y los pisos deberán ser desinfectadas en forma permanente, con un intervalo no superior a una hora.
* Se sugiere, en los lugares de atención al público, la instalación de divisores de vidrio, PVC o acrílico.
* Las personas que concurran a los gimnasios, para realizar una actividad física, lo harán con reservación previa de turnos, mediante medios telefónicos y/o electrónicos, con confirmación de reserva por parte de los responsables del gimnasio y de ser relacionado en la planilla que para el efecto se dispuso.
* No se debe permitir el ingreso si el cliente no está previamente inscripto con turno asignado.
* Al ingresar al gimnasio se debe desinfectar la suela de los zapatos con alcohol o agua jabonosa u otro producto para tal fin.
* No se permitirá el ingreso con objetos en la mano, todas las pertenencias deberán llevarse en un bolso o mochila particular o equipo de mano que se depositará en el espacio destinado para ello y que deberá ser debidamente desinfectado al ingreso.

**Establecer protocolos para mantener el distanciamiento físico, de por lo menos 2 metros entre persona y persona. Las consideraciones pueden incluir**:

* Limitar el número de personas a la vez en la instalación para garantizar el distanciamiento físico, máximo de ocupación debe ser el 30%.
* Asegúrese de que haya una ventilación óptima para el interior de las instalaciones
* Considerar cómo se podrían realizar algunas actividades fuera de las instalaciones
* Limitar o prohibir los acompañantes.
* Separe el equipo de ejercicio al menos 2 metros de distancia o limite el uso de equipos que no pueden separarse 2 metros el uno del otro.
* Implementar distanciamiento físico en la recepción o sala de espera y desalentar la congregación de personas en áreas comunes como baños, casilleros, entre otros.
* Recuerde demarcar con señalización adecuada, las áreas a ocupar, respetando siempre el distanciamiento social de mínimo 2 metros entre persona y persona.
* Tanto el ingreso como la salida de los concurrentes al local deportivo, deberá estar regulada con elementos de señalización visible y establecimiento de itinerarios para organizar la circulación y así ayudar a mantener la distancia de seguridad definida de 2 metros, tanto dentro de la instalación, como en la entrada y salida del recinto.  En lo posible, se procurará que las vías de ingreso y egreso sean independientes.
* La vía de acceso deberá contar con una señalización que demarque la distancia de 2 metros entre persona y persona, a fin de que quienes pretendan ingresar formen una fila desde la puerta respetando el referido distanciamiento. Se sugiere que la puerta de acceso y/o egreso permanezca en lo posible abierta, permitiendo la circulación de aire y evitando el contacto con picaportes y/o manijas de puertas. Cuando se trate de puertas rebatibles, el empleado destinado a controlar el ingreso y/o salida será quien la manipule, no pudiendo los clientes mantener contacto con la misma.

**Establezca protocolos para reducir el riesgo de propagación del virus COVID-19 entre patronos, empleados, proveedores y deportistas:**

* Desinfecte completamente todo el equipo después de cada usuario
* Evite el uso compartido de equipos
* Considere implementar horas especiales de operación que son exclusivos para grupos en la población de las personas mayores de 70 y otras personas vulnerables
* Descontinuar cualquier tipo de actividades grupales, clases o exclusivos (por ejemplo, saunas), para la que no es posible mantener pautas de distanciamiento físico
* Fomentar el uso de tapabocas de tela o máscaras y guantes para personal y clientes, cuando sea posible y seguro.
* Ponga letreros en la puerta que indiquen que cualquier persona que tenga fiebre u otros síntomas de COVD-19, no debe ingresar a las instalaciones.
* Cada persona deberá asistir con sus propios elementos de higiene personal desinfectadas (toalla, toalla de trabajo, jabón, guantes etc.) y con su propia hidratación.
* Monitorear la salud de los empleados, proveedores y clientes, mediante la medición de fiebre y de los síntomas antes de cada turno
* Compruebe la temperatura con un termómetro de no contacto; si hay fiebre (temperatura superior a 37.5°) o síntomas presentes, el empleado no debería trabajar; si no hay fiebre, pero los síntomas están presentes, los trabajadores deben informar la situación.
* El personal también debe autocontrolarse y quedarse en casa si tienen algún síntoma de enfermedad relacionado con COVID 19.

**Establecer planes para proporcionar una higiene de manos y saneamiento adecuado.**

* Identificar cómo la organización proporcionará desinfección de la instalación en todas las superficies de alto contacto, regularmente durante todo el día
* Ponga a disposición desinfectante para manos en la entrada, vestuarios, y en toda la instalación
* Identificar cómo se desinfectará el equipo compartido después de cada usuario
* Lave todas las toallas y otros artículos no desechables después de cada uso
* Haga que todos los clientes y el personal usen gel antibacterial o lavado de manos a su llegada, durante la actividad y a la salida.
* Desinfecte frecuentemente los artículos tocados por más de una persona (por ejemplo, pelotas de baloncesto, entre cada grupo y en el final del día)

**Si la instalación tiene una piscina, identifique estrategias para mantener el distanciamiento físico y la prevención de transmisión de enfermedades. Las estrategias pueden incluir:**

* Limite el ingreso de personas de compañía al área de la piscina
* Prohibir el uso de la piscina para niños
* Limite el número de clientes en las piscinas
* Cancelar las clases de natación en grupo, puede implementar las clases individuales.

**Qué hacer en caso de detectar a un portador del COVID 19**

Si una persona presenta síntomas de COVID-19 como: fiebre, tos, dificultad para respirar se recomienda el siguiente procedimiento:

* Comunicar a su jefe inmediato
* Usar el tapabocas de manera adecuada.
* Deberá seguir los protocolos de aislamiento y reporte de síntomas a la EPS en la que se encuentra afiliado el trabajador para identificación y manejo.

**Recomendaciones en la Vivienda**

**Al salir de la vivienda**

* Estar atento a las indicaciones de la autoridad local sobre restricciones a la movilidad y acceso a lugares públicos.
* Visitar solamente aquellos lugares estrictamente necesarios y evitar conglomeraciones de personas.
* Asignar un adulto para hacer las compras, que no pertenezca a ningún grupo de alto riesgo.
* Restringir las visitas a familiares y amigos si alguno presenta cuadro respiratorio.
* No saludar con besos, ni abrazos, ni dar la mano.
* Utilizar tapabocas en el transporte público, supermercados, bancos, entre otros, así como en los casos de sintomatología respiratoria o si es persona en grupo de riesgo.

**Al regresar a la vivienda**

* Retirar los zapatos a la entrada y lavar la suela con agua y jabón.
* Lavar las manos de acuerdo a los protocolos del Ministerio de Salud y Protección Social.
* Evitar saludar con beso, abrazo y dar la mano y buscar mantener siempre la distancia de más de dos metros entre personas.
* Antes de tener contacto con los miembros de la familia, cambiarse de ropa.
* Mantener separada la ropa de trabajo de las prendas personales.
* La ropa debe lavarse en la lavadora a más de 60 grados centígrados o a mano con agua caliente que no queme las manos y jabón, y secar por completo. No reutilizar ropa sin antes lavarla.
* Bañarse con abundante agua y jabón.
* Desinfectar con alcohol o lavar con agua y jabón los elementos que han sido manipulados al exterior de la vivienda.
* Mantener la casa ventilada y limpiar y desinfectar áreas, superficies y objetos de manera regular.
* Si hay alguna persona con síntomas de gripa en la casa, tanto la persona con síntomas de gripa como quienes cuidan de ella deben utilizar tapabocas de manera constante en el hogar.

**Al convivir con una persona de alto riesgo**

Si el trabajador convive con personas mayores de 70 años, con enfermedades preexistentes de alto riesgo para el COVID-19, o con personal de servicios de salud, debe extremar medidas de precaución cómo:

* Mantener la distancia siempre mayor a dos metros.
* Utilizar tapabocas en casa, especialmente al encontrarse en un mismo espacio que la persona a riesgo y al cocinar y servir la comida.
* Aumentar la ventilación del hogar.
* Si es posible, asignar un baño y habitación individual para la persona a riesgo. Si no es posible, aumentar ventilación y limpieza y desinfección de superficies
* Cumplir a cabalidad con las recomendaciones de lavado de manos e higiene respiratoria impartidas.

**RESPONSABILIDAD**

Es responsabilidad del Representante Legal o Empresario, el mantener informados a sus empleados sobre los temas relacionados con el COVID-19. Seguir los lineamientos establecidos en el protocolo, suministrar elementos de protección personal a sus empleados y verificar el uso y la implementación adecuada del mismo.

**LISTA DE CHEQUEO PARA LA IMPLEMENTACIÓN:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Actividad** | **Cumplimiento** |
| **Si**  | **No** |
| Diseñar instructivo de lavado de manos y fijarlo en el área de lavado. Puede consultar este protocolo de la ARL SURA: [www.segurossura.com.co/covid](http://../../../Downloads/www.segurossura.com.co/covid). |  |  |
| Diseñar instructivo de uso correcto del tapabocas y guantes.  |  |  |
| Diseñar los protocolos de limpieza donde se defina la periodicidad, los equipos de protección de personal necesarios para realizar la labor de manera segura (guantes, respiradores, gafas de seguridad entre otros) y las sustancias químicas a utilizar.  |  |  |
| Establecer lineamientos de prevención y desinfección en cuanto al cambio de ropa al llegar y salir del sitio de trabajo.  |  |  |
| Definir el orden en el que los empleados que estén en el turno de trabajo pasarán a lavarse las manos, esto con el objetivo de evitar aglomeraciones en el sitio de lavado y que el lugar de trabajo. |  |  |
| Realizar la demarcación en el piso, donde facilite tener un espacio de 2 metros entre persona y persona para evitar contacto entre ellos. |  |  |
| Establecer en un documento escrito los tiempos de recuperación, hidratación, descansos y espacios por cada empleado en turno. |  |  |
| Definir una persona responsable por turno de la vigilancia y supervisión de las medidas tomadas. |  |  |
| Defina la forma en la cual garantizara la ventilación de forma permanente del establecimiento. |  |  |
| Capacitar el personal en: uso de tapabocas, guantes, alcohol glicerinado, elementos de desinfección, en las fichas de seguridad de los productos químicos utilizados para la limpieza del establecimiento y en las demás medidas tomadas por el establecimiento.  |  |  |
| Socializar de manera permanente los instructivos realizados en los pasos anteriores y pegarlos en zonas visibles para los empleados.  |  |  |
| Capacitar al personal en cuanto a medidas de desinfección y prevención necesarias al llegar a casa. |  |  |
| Acatar y divulgar normas de seguridad y requerimientos emitidas por el gobierno nacional y municipal. |  |  |

**Fuente de información:**

1. Resolución 666 de 24 de abril de 2020
2. Lineamientos de bioseguridad para adaptar en los sectores diferentes a salud - Minsalud - Código GIPS 24 - Abril de 2020
3. ABC Reincorporación Laboral - Colmena Seguros
4. Ministerio de Salud y Protección Social (2011). Guía técnica para el análisis de exposición a factores de riesgo ocupacional en el proceso de evaluación para la calificación de origen de la enfermedad profesional.
5. Ministerio de Salud y Protección Social (2013). Resolución 2674 del 22 de julio “por la cual se reglamenta el artículo 126 del Decreto Ley 019 de 2012 y se dictan otras disposiciones”.
6. e. Ministerio de Salud y Protección Social (2017). Guía de inocuidad de alimentos y bebidas para restaurantes o establecimientos gastronómicos.
7. f. Ministerio de Salud y Protección Social (2020). GIPG12, Lineamientos para el sector productivo de productos farmacéuticos, alimentos y bebidas en Colombia durante la fase de mitigación. Disponible en: https://www.minsalud.gov.co/Ministerio/ Institucional/Procesos%20y%20procedimientos/GIPS12.pdf
8. g. Ministerio de Salud y Protección Social (2020). GIPG13, Orientaciones de medidas preventivas y de mitigación para contener la infección respiratoria aguda por COVID-19, dirigidas a la población en general. Disponible en https://www.minsalud.gov.co/ Ministerio/Institucional/Procesos%20y%20procedimientos/GIPG13.pdf
9. h. Ministerio de Salud y Protección Social (2020). GIPG14, Orientaciones de medidas preventivas y de mitigación para contener la infección respiratoria aguda por COVID-19, medidas a adoptar por el personal de centro de llamadas telefónicas y de atención a usuarios. Disponible en: https://www.minsalud.gov.co/Ministerio/ Institucional/Procesos%20y%20procedimientos/GIPG14.pdf
10. i. Ministerio de Salud y Protección Social (2020). GIPG18, Lineamientos generales para el uso de tapabocas convencional y cáscaras de alta eficiencia. Disponible en: https://www.minsalud.gov.co/Ministerio/Institucional/Procesos%20y%20procedimientos/GIPS18.pdf
11. j. Normas Técnicas Sectoriales para establecimientos gastronómicos. Disponible en: https://www.mincit.gov.co/minturismo/calidad-y-desarrollo-sostenible/calidad-turistica/normas-tecnicas-sectoriales
12. k. Organización Internacional del Trabajo (OIT). Prevención y mitigación del COVID-19 en el trabajo. Lista de comprobación. https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/ ed\_protect/protrav/safework/documents/instructionalmaterial/wcms\_741818.pdf

