



# Protocolo de reapertura de los clubes

# Para resguardar la salud de los socios, colaboradores, profesores y todo aquel que ingrese a nuestras instalaciones

**Todos debemos seguir estos procedimientos de seguridad a partir del momento en que las autoridades sanitarias autoricen la reapertura, a fin de reducir el riesgo de contaminación por COVID-19 dentro de los Clubes Recrear.**

Este material fue construido siguiendo las orientaciones emitidas por los órganos públicos, tales como la Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Ministerio de Salud (Minsal).

Es importante comunicar que antes de la reapertura de los clubes se realizó una sanitización general con un proveedor certificado.

# LIMPIEZA GENERAL DE LOS CLUBES



## 1

Cada espacio de trabajo y de atención al público cuenta con esquemas intensificados de limpieza y desinfección de todas las superficies de contacto habitual. La frecuencia está establecida en función del tránsito y cantidad de personas en cada sector.

Se están desinfectando las herramientas y equipos de trabajo. El personal de limpieza cuenta con todos los elementos de seguridad necesarios para controlar y minimizar la exposición.



## 2

El mobiliario de los espacios comunes está organizado de forma en que exista al menos dos metros de distancia entre mesas, bancas y cualquier otro dispositivo.

## 3

Existen dispensadores con alcohol gel al 70% para uso de clientes, colaboradores y público en general en todas las áreas del club (recepción, entrenamiento con pesas, salas, piscina, camarines, etcétera).

## 4

En cada sector del club se encuentra exhibido claramente el registro de limpieza con horarios, responsable y firma de quien realizó la misma con la obligatoriedad de hacerlo al menos 1 vez por hora.



## 5

Las clases de las salas se dictan como máximo durante 45 minutos de manera que, al finalizar cada clase, el personal de limpieza tiene 15 minutos para hacer la limpieza de los implementos y espacios.

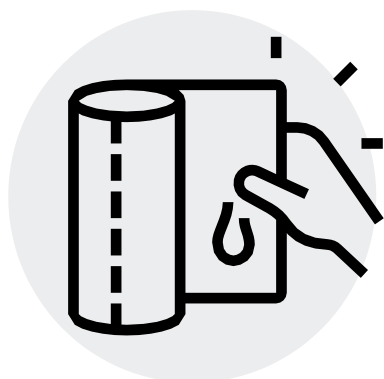
## 6

Los baños y camarines se cierran 15 minutos cada hora para realizar la limpieza de cada uno de ellos.

## 7

Existen kits de limpieza en puntos estratégicos en las salas de máquinas y pesas, que contienen toallas de papel y productos específicos de higiene para que los socios la utilicen en equipos de entrenamiento, como colchonetas, pesas y máquinas.

Hay material gráfico comunicacional en todos estos puntos para ilustrar y orientar en los cuidados preventivos y aplicación de estos elementos desinfectantes, solicitando la limpieza/desinfección antes y después del uso.





# USO OBLIGATORIO DE EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL (EPP) PARA COLABORADORES Y SOCIOS

## Mascarillas

(por recepcionistas, profesores, personal de limpieza, administradores y terceros)

Se deben seguir todas las pautas de la Organización Mundial de la Salud para el uso de este equipo.

Respecto a nuestros clientes y usuarios, el uso de mascarillas se exigirá dependiendo de lo que dicte la autoridad sanitaria.

# Medidas operacionales preventivas



**1** Se está midiendo la temperatura con termómetro electrónico a todas las personas que ingresan al club. Si alguien tiene una temperatura superior a 37.8 °C, no se le permitirá el ingreso al recinto.

Cada asistente debe en una declaración jurada manifestar su buen estado de salud, no obligación de cuarentena, ni vinculo cercano con persona afectada. Esto es requisito al agendar la clase de forma virtual.

---

**2** Si cualquier colaborador presenta fiebre alta, junto con cualquier otro síntoma de COVID-19, se debe reportar inmediatamente a la administración para seguir los protocolos establecidos.

**3** Para hacer uso del lector digital de huella para entrar al club, haremos desinfección del mismo cada vez que ingrese un socio. Además, el cliente tiene la opción de acceder al club mostrando al recepcionista su cédula de identidad, para que no sea necesario usar el dispositivo de huella dactilar. Siempre será obligatorio el uso del brazalete para ingresar al club.

---

**4** Se está limitando la cantidad de socios que entran al club: ocupación simultánea de un cliente cada 4 m<sup>2</sup> (aplica a áreas de entrenamiento, salas, piscina y camarines), con demarcación en el piso respetando la distancia mínima de 1.50 metros entre las personas.

Para poner en práctica lo anterior, existe una política de acceso vía turnos (agendamiento) y sistemas de *check in* previo, que permite conocer en todo momento la cantidad de socios entrenando en el club.

Están suspendidas todas las clases que implican contacto entre los socios.

---

**5** En el gimnasio, las máquinas se encuentran separadas o se están usando máquina por medio para respetar el distanciamiento. Lo mismo con los lockers o casilleros.

---



**6** Se recomienda solo el uso de agua envasada individual.

---

**7** Cada zona tendrá su propio protocolo de renovación de aire, de acuerdo a su capacidad, usabilidad y su estructura.

---

**8** Las zonas de recuperación (sauna, jacuzzi, etcétera) permanecen cerradas durante este período al igual que las duchas de los camarines. Secadores de pelo u otros elementos de uso compartido están restringidos también durante este período.

---

**9** Cada socio debe utilizar su propia toalla para ayudar a mantener la higiene de las máquinas.

---

**10** La cafetería está habilitada solo para comprar productos para llevar.

---

**11** Están a disposición de los socios todos los manuales de orientación que puedan ayudar a combatir la contaminación por COVID-19.

Se está comunicando a los usuarios que existe un Anexo COVID-19 en el reglamento del socio, que deben revisar, y que además está disponible en el sitio web de Recrear, donde se comunican estas medidas como también la exigencia de no asistir en caso de tener sospechas de COVID, haber estado en contacto con alguna persona contagiada o estar en cuarentena preventiva. Igualmente es obligación informar de inmediato al club en caso de presentar la enfermedad enviando un correo a [servicioalcliente@recrear.cl](mailto:servicioalcliente@recrear.cl). Es obligación de la administración exigir dicho reglamento y establecer las penas/suspensiones en los casos de incumplimiento.

---

**12** Todos los colaboradores están capacitados para guiar a los socios con las medidas preventivas.

# Recomendaciones para la piscina



**1**

Existe un dispensador de alcohol gel al 70% cerca de la entrada de la piscina para que los clientes lo usen antes de tocar las escaleras o los bordes de la piscina.



**2**

Es obligación el uso de calzado adecuado en el ambiente o alrededores de la piscina. Está prohibido entrar al área de piscina descalzo.



**3**

Existen, en el área de la piscina, canasta para que cada socio pueda colocar su toalla individualmente.

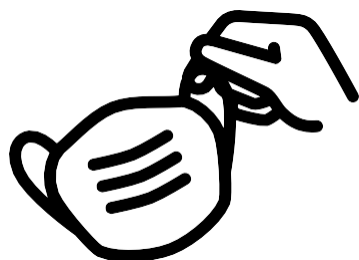


**4**

Después de finalizar cada clase, se limpian las escaleras, las balizas y los bordes de la piscina.

# Comunicación con colaboradores

Reciben orientación adecuada sobre:



Uso de EPP para el trabajo.



Lavarse las manos con agua y jabón (cómo lavarse y con qué frecuencia). Lo mismo ocurre con la limpieza con alcohol gel.



Utilización del termómetro.



# Comunicación con socios

Se difunden las comunicaciones con orientación a los clientes sobre:

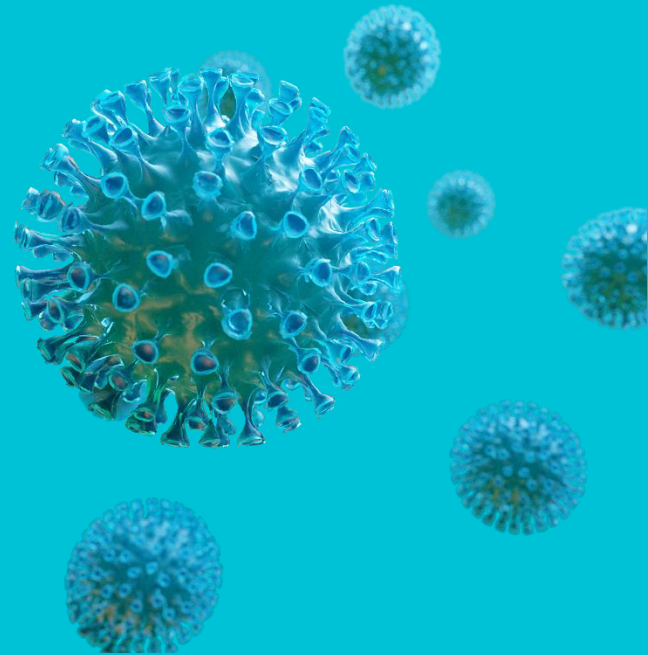
- 1 Higienización de manos con agua y jabón y/o alcohol gel 70%(cómo y con qué frecuencia).
- 2 Uso de botella de agua individual.
- 3 Uso de toalla individual.
- 4 Restricción de entrada a cualquier persona con temperatura mayor a 37.8 C°
- 5 Tabla con la frecuencia de limpieza diaria por horario.
- 6 Recomendación para que los socios eviten horarios *peak* y se programen para entrenar en horarios alternativos



Protocolo de **Reapertura Club**  
**Recrear** COVID-19



# Protocolo de reapertura Piscinas





## PROTOCOLO RETORNO A PISCINAS

### CLUB RECREAR

1. Aspectos de seguridad y prevención
  - 1.1 Limpieza general del recinto
  - 1.2 Seguridad personal, normas de uso y prohibiciones
  - 1.3 Normas de uso y prohibiciones actividades recreativas
  - 1.4 Normas de uso y prohibiciones actividades deportivas
  
2. Garantía y calidad del agua de las piscinas
  - 2.1 Clorado, temperatura y pH
  - 2.2 Ciclos de limpieza
  - 2.3 Limpieza de equipos o implementos (fase 4)
  
3. Funcionamiento de las piscinas (clases)
  - 3.1 Agendamiento de clases
  - 3.2 Aforos y/o cantidad de alumnos
  - 3.3 Tiempo y/o duración de las clases
  - 3.4 Formato de clases o configuración de las piscinas

## 1. Aspectos de seguridad y prevención

### 1.1 Limpieza general del recinto

- Cada espacio de trabajo y de atención al público cuenta con esquemas de limpieza y desinfección de todas las superficies de contacto habitual. La frecuencia está establecida en función del tránsito y cantidad de personas en cada sector.
- Existen dispensadores con alcohol gel al 70% para uso de clientes, colaboradores y público en general en todas las áreas del club (recepción, piscina, áreas comunes, etcétera).
- Existen kits de limpieza en puntos estratégicos del área de piscina que contienen productos específicos de higiene para que los socios la utilicen en equipos de entrenamiento en agua como tablas, tallarines, y artículo de uso personal
- Hay material gráfico comunicacional en todos estos puntos para ilustrar y orientar en los cuidados preventivos y aplicación de estos elementos desinfectantes, solicitando la limpieza/desinfección antes y después del uso
- Ventilación del recinto

Cada recinto está condicionado para cumplir con la tasa de renovación de aire exigida por las entidades. A través de ventilación mecánica, con una tasa de renovación de aire de hasta 4 a 8 veces por hora, con sistema de deshumidificación.

	<i>m<sup>2</sup></i>	<i>m<sup>3</sup></i>	<i>Método de ventilación</i>	<i>Cantidad máquina</i>	<i>Capacidad m<sup>3</sup></i>	<i>Norma</i>	<i>Tiempo de uso</i>	<i>Ventilación x hora.</i>
<b>Club acuático Macul</b>						<b>Renovación X hora</b>		
<b>PISCINAS</b>	<b>800,0</b>	<b>4.000,0</b>	<b>Mecánica y Natural</b>	<b>1</b>	<b>16990,00</b>	<b>3 a 5</b>	<b>1</b>	<b>4,2</b>
<b>Club acuático La Cisterna</b>								
<b>PISCINAS</b>	<b>1.000,0</b>	<b>4.500,0</b>	<b>Mecánica y Natural</b>	<b>1</b>	<b>16.990,0</b>	<b>3 a 5</b>	<b>1</b>	<b>3,8</b>
<b>Club acuático La Florida</b>								
<b>PISCINAS</b>	<b>1.190,0</b>	<b>5.950,0</b>	<b>Mecánica y Natural</b>	<b>1</b>	<b>47.600,0</b>	<b>3 a 5</b>	<b>1</b>	<b>8,0</b>

### 1.2 Seguridad personal, normas y prohibiciones

1. La apertura de la piscina solo está habilitada para su uso deportivo interior y exterior y recreativos solo en zona exterior.
2. Se tomará la temperatura con termómetro electrónico a todas las personas que ingresan a nuestras dependencias. Si alguien tiene una temperatura superior a 37.8 °C, no se le permitirá el ingreso al recinto.
3. El uso de mascarilla es obligatorio para ingresar al recinto, **y mientras no esté dentro de la piscina.**
4. Cada asistente debe en una declaración jurada manifestar su buen estado de salud, no obligación de cuarentena, ni vinculo cercano con persona afectada. La cual se hará de forma digital y deberá llenar cada vez que vayan al recinto.
5. Existen dispensadores de alcohol gel en la entrada y salida del sector de piscina para higiene de manos.
6. Existe limpiapiés sanitizados en el ingreso al área de piscina para las chalas.
7. Los saunas y jacuzzi permanecerán cerrados
8. Usuario deberá mantener y respetar el distanciamiento social dentro del recinto en todo momento.

### 1.3 Normas de uso y prohibiciones actividades recreativas

1. Se dispondrá de 2 turnos, uno en la mañana y otro en la tarde de 3 horas de duración cada uno, separados de 1 hora de cierre para sanitización de los espacios.
2. La cantidad de personas permitidas para acceder a las piscinas recreativas será de 1 por cada 10mt<sup>2</sup>
3. La venta es por persona y las entradas deberán adquirirse de manera digital por los portales de la empresa destinados para ello, [www.recrear.cl](http://www.recrear.cl) y/o [www.easycancha.cl](http://www.easycancha.cl)
4. Los toboganes permanecerán cerrados.
5. Los camarines permanecerán cerrados.
6. Los baños podrán ser usado con control de aforo.
7. No se permiten acompañantes que no hayan adquirido su entrada.

8. Usuario se debe retirar inmediatamente del recinto una vez terminado su tiempo de uso de la piscina recreativa.

#### 1.4 Normas de uso y prohibiciones actividades deportivas

1. En las actividades deportivas tendrán una duración de 45 min y los cambios de turno (cierre) tendrán una duración de 30 minutos para la sanitización de los espacios.
2. Se controlará el aforo máximo de cada clase. Para eso contamos con una plataforma de inscripción controlada y sistema de agendamiento.
3. Se debe llegar equipado para ingresar a la clase, y solo se dispondrá de biombos o espacios especiales para hacer cambio de ropa húmeda una vez finalizada su actividad.
4. Cada socio que asista debe utilizar su propia toalla y botella de agua y contará con una caja individual para depositar su toalla y otros elementos personales.
5. Se debe retirar inmediatamente del recinto una vez terminada la clase.
6. Solo se permite el ingreso de los socios con inscripción previa, **SIN ACOMPAÑANTE**.
7. En el caso de los niños se permitirá **solo un acompañante por niño**, y este debe esperar en las zonas exteriores del club o retirarse del sector de la piscina. Lo anterior en el caso que no tenga que ingresar a la piscina con el niño (bebé 1, bebé 2, bebé 3, adaptación).
8. En el área de espera (áreas exteriores) los acompañantes deben mantener el uso de mascarillas y respetar el distanciamiento entre sí (1,5 m entre cada uno).
9. Se prohíbe el uso de implementos como manoplas. Los demás que se requieran usar para el desarrollo de las clases deben ser higienizados antes y después de uso según instrucciones dispuestas.

## 2. Garantía y calidad del agua de las piscinas

### 2.1 Clorado, temperatura y pH

Asegurar la calidad de agua en piscinas siguiendo los criterios establecidos: **cloración, filtración y control de pH.**

Nota: De acuerdo con el CDC (Control y Prevención de Enfermedades de América del Norte), no hay evidencia de que el virus puede ser transmitido en aguas tratadas.



#### **PROCEDIMIENTOS QUÍMICOS:**

- Niveles adecuados de desinfectante (0.5 ppm -1.5 ppm) y pH (7.2 a 8.2) en el agua de la piscina.
- Medición de cloro y pH al menos 3 veces al día. Registro actualizado de resultados de la calidad del agua, incluyendo temperatura.

#### **PROCEDIMIENTOS FÍSICOS:**

- Lavado semanal de filtros.
- Circulación continua con prueba de las bombas cada 3 días.
- Aspiración del fondo de la piscina de forma diaria.

#### **2.2 Ciclos de limpieza**

- Duración de clases será de 45 minutos para luego tener 30 minutos para realizar la sanitización correspondiente de bordes, balizas, barras de apoyo y escaleras.

#### **2.3 Limpieza de equipos o materiales**

- Se recomienda evitar el uso de implementos deportivos para el agua, pero aquellos que puedan ser usados (tablas, tallarines y mancuernas de agua) deberán ser higienizados por el usuario antes y después de usar. Según las indicaciones dispuestas en el recinto para ello.
- Se realizará de forma periódica la sanitización de:
  - Alrededores de piscina, baldosas y bordes
  - Barras de apoyo, balizas
  - Implementos
  - Cajas para artículos personales y toallas

### **3. Funcionamiento de las piscinas (clases)**

#### **3.1 Agendamiento de clases**

- Se contará con un sistema de inscripción virtual y permanente de las **clases de natación**, el socio debe inscribirse en horarios fijos.
- Las clases están diseñadas con aforo y espacio adecuado para respetar el distanciamiento.
- Las **clases de hidrogimnasia y nado libre** se agendarán con sistema de agendamiento de [www.recrear.cl](http://www.recrear.cl) al igual que las de tierra.
- Una vez inscrito el socio en sus horarios de natación, solo debe preocuparse de llenar declaración jurada cada vez que vaya a ingresar al recinto.

### 3.2 Aforos y/o cantidad de alumnos

- Aquí se presenta el número de personas por piscina.
- El número de pistas a usar por nivel está determinado por la cantidad de usuarios permitidos por Ministerio de Salud.
- El número de salas por horario dependerá de la cantidad máxima de personas que podrá tener el recinto por m<sup>2</sup>

Recinto/ piscina	Metros cuadrados	Nro. de alumnos permitido por hora
Club Macul		
Piscina deportiva (interior)	250	25
Piscina recreativa (interior)	155	15
Club La Florida		
Piscina deportiva (interior)	350	35
Piscina recreativa 1 (interior)	150	15
Piscina Recreativa 2 (interior)	18	2
Piscina recreativa 3 (exterior)	75	7
Club La Cisterna		
Piscina deportiva	312	31
Piscina recreativa 1	100	10
Piscina recreativa (exterior)	1250	125

### 3.3. Tiempo y/o duración de las clases

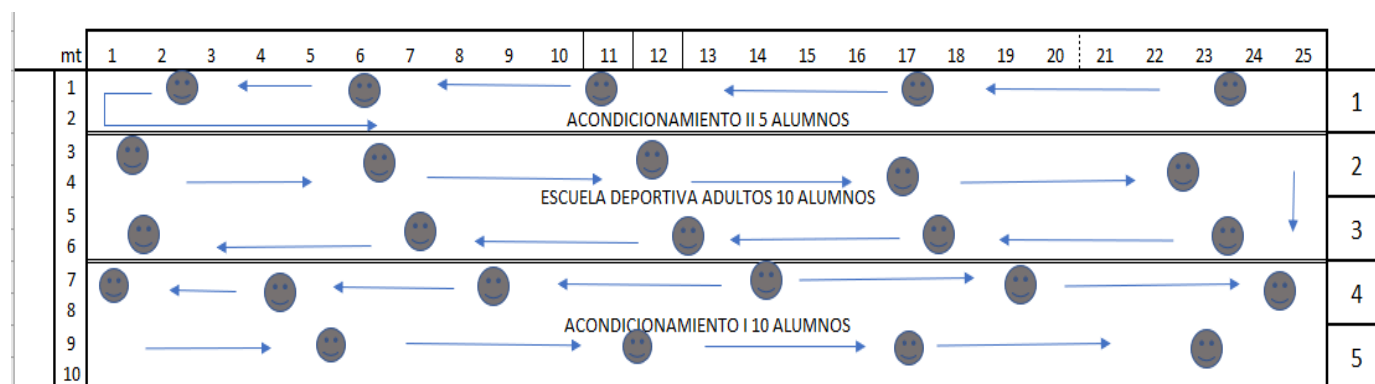
Niveles Natación Recrear	Duración	Sanitización
Niños		
Bebé 1 y bebé 2	30 min	30 min
Bebé 3	45 min	30 min

Adaptación	45 min	30 min
Iniciación	45 min	30 min
Perfeccionamiento 1	45 min	30 min
Perfeccionamiento 2	45 min	30 min
Perfeccionamiento 3	45 min	30 min
Equipo	45 min	30 min
<b>Adultos</b>		
Adaptación adulto	45 min	30 min
Iniciación adulto	45 min	30 min
Acondicionamiento 1	45 min	30 min
Acondicionamiento 2	45 min	30 min
Escuela deportiva	45 min	30 min
Nado libre	45 min	30 min

### 3.4. Formato de clases o configuración de las piscinas

- BEBE 1,2,3, ADAPTACIÓN ingresan con apoderado al agua.
- Generar espacio mínimo de 5 segundos entre nadadores para garantizar una separación física.
- Se proponen distintas configuraciones para las clases de natación, que deberán ser adaptadas de acuerdo con el tamaño de la piscina y el tipo de nivel de cada clase

### ADULTOS Y RAMA DEPORTIVA





NIÑOS



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

**#CuidémonosEntreTodos**

Versión 2  
20 de octubre de 2020





# 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.

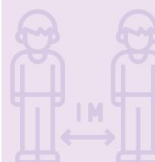
## II. MEDIDAS DE PREVENCIÓN OBLIGATORIAS

- 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 m<sup>2</sup>**.
- 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 señalar:**

- 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 modifican.

### 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 permite el funcionamiento de gimnasios abiertos al público, sujeto a las siguientes reglas:

- a. No está permitido el uso de camarines ni lugares cerrados que no sean absolutamente esenciales para el adecuado funcionamiento de las actividades deportivas del gimnasio.
- b. La distancia entre las máquinas de ejercicios deberá ser de un mínimo de 2 metros entre ellas.
- c. El aforo en la sala de máquinas no podrá superar 1 persona cada 10 metros cuadrados.
- d. En el caso de clases grupales, no podrá haber más de 10 personas en cada sala, distanciadas al menos 2 metros entre ellas.
- e. Se deberán establecer horarios de atención diferenciados. Cada asistente podrá permanecer máximo 1 hora en el gimnasio, período en el cual sólo podrá hacer

uso de una sala o asistir a una clase grupal. Entre cada turno, el gimnasio deberá limpiar y desinfectar las salas y ventilarlas por 30 minutos.

**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](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 o alimentación.

## 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 cada uno de los sectores.
  - 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

- La distancia entre las máquinas de ejercicios deberá ser de un mínimo de 2 metros entre ellas.
- El aforo en la sala de máquinas no podrá superar 1 persona cada 10 metros cuadrados.
- En el caso de clases grupales, no podrá haber más de 10 personas en cada sala, distanciadas al menos 2 metros entre ellas. Además no se puede compartir elementos entre usuarios durante la clase.

- Se deberán establecer horarios de atención diferenciados. Cada asistente podrá permanecer máximo 1 hora en el gimnasio, período en el cual sólo podrá hacer uso de una sala o asistir a una clase grupal. Entre cada turno, el gimnasio deberá limpiar y desinfectar las salas y ventilarlas por 30 minutos.
- 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](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 rellenar con agua recipientes o botellas personales, claramente señalizados en el lugar.

## RESPECTO A LOS SERVICIOS SANITARIOS

- No está permitido el uso de camarines ni lugares cerrados que no sean absolutamente esenciales para el adecuado funcionamiento de las actividades deportivas del gimnasio.
- 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.
- 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](https://cdn.digital.gob.cl/public_files/Campa%C3%B1as/Corona-Virus/documentos/paso-a-paso/Protocolo-actuacion-en-lugares-de-trabajo.pdf)
- Al momento de la reapertura, se le solicitará a todos los funcionarios, por una sola vez, completar la declaración jurada de estado de salud donde además se compromete a informar oportunamente cualquier cambio de estado. (Ver anexo Declaración Jurada de Salud para Funcionarios).
- 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.

- 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 para permitir su ingreso.
- Al contratar empresas externas aplicadoras de desinfectantes de Venta Especializada, creadas específicamente para ese fin y que presten servicios a los gimnasios, deberán contar con resolución sanitaria de la Seremi de Salud.



## 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



## DECLARACIÓN JURADA DE SALUD PARA FUNCIONARIOS

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.
- 

Yo, \_\_\_\_\_, Documento de Identidad  
\_\_\_\_\_, me comprometo a informar oportunamente a mi empleador en  
caso de que cualquiera de las condiciones arriba señaladas se manifestaran en el futuro  
durante el período de pandemia.

\_\_\_\_\_  
Firma



**PROTOCOLO DE MANEJO Y PREVENCIÓN  
ANTE COVID-19 EN PISCINAS**

**#CuidémonosEntreTodos**

# PROTOCOLO DE MANEJO Y PREVENCION ANTE COVID- 19 EN PISCINAS

## I. OBJETIVOS

Establecer las medidas preventivas a realizar en piscinas para disminuir el riesgo de contagio de COVID-19.

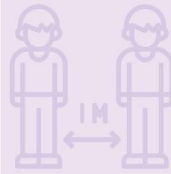
## II. MEDIDAS DE PREVENCIÓN OBLIGATORIAS

- 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 m<sup>2</sup>.
- 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 señalar:**

- 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 modifican.

### III. RECOMENDACIONES DE AUTOCUIDADO



**Es deber de cada individuo su auto exclusión de las actividades si se encuentra con síntomas o enfermo**



## IV. RECOMENDACIONES ESPECÍFICAS PARA EL SECTOR

### RESPECTO A ENTRADAS Y SALIDAS DEL ESTABLECIMIENTO

- Para evitar aglomeraciones en el acceso al recinto de piscinas, se recomienda implementar un sistema de reserva previa y pago online.
- Restringir la cantidad de accesos disponibles y sólo dejar habilitados los accesos principales.
- Se recomienda habilitar un acceso exclusivo para la entrada y otro exclusivo para la salida.
- Establecer en las entradas y salidas mecanismos de desinfección de manos (alcohol o alcohol gel).
- Se recomienda implementar dos turnos diarios para el uso de las piscinas y uno intermedio de limpieza y desinfección en el cual no haya acceso de público.

### RESPECTO A ÁREAS COMUNES

- El aforo máximo permitido será calculado en relación a dos factores; áreas de esparcimiento (terrazas y/o jardines) y superficie útil de la pileta (piscina). Para el cálculo del aforo del recinto se utilizará la superficie más desfavorable entre estas dos, suponiendo una superficie de 1 persona cada 10 m<sup>2</sup> para cada uno de estos territorios.
- En la entrada se debe instalar una señalética que indique el aforo máximo del recinto.
- En el recinto se debe mantener una distancia de 1 metro lineal entre individuos.
- Es obligatorio el uso de la mascarilla en todo momento, salvo al momento de ingresar a la piscina.
- Se recomienda evitar el uso de mobiliario que sea retirable en las áreas comunes en torno a la piscina, como mesas o sillas.
- Se prohíbe el uso de toboganes y juegos acuáticos.
- Mantener visible señalética indicando el uso permanente de mascarilla y el distanciamiento físico. Además, se recomienda anunciar de forma regular en el caso de contar sistema de audio, vigilantes o salvavidas, las siguientes medidas de autocuidado:
  - ✓ Mantener en todo momento una distancia de al menos 1 metro entre personas.
  - ✓ Cubrir nariz y boca con antebrazo al toser o estornudar, o cubrir con pañuelo desechable. En dicho caso, botar inmediatamente después de su uso en contenedor con tapa.

- ✓ Fomentar el lavado frecuente de manos con agua y jabón, por 20 segundos, o, en su defecto uso de alcohol o alcohol gel disponible.
- ✓ Saludo sin contacto físico y con distanciamiento.
- ✓ Evitar tocarse la cara.
- Facilitar condiciones e implementos necesarios para asegurar higienización de manos frecuente en áreas comunes.

## RESPECTO A LOS SERVICIOS SANITARIOS

- Todos los baños del establecimiento deben disponer de inodoros en buen estado de mantención, basureros, lavamanos, jabón y papel higiénico en portarrollos. Evitar uso de toallas de género.
- No se podrán utilizar los camarines del recinto.
- Se recomienda establecer un segundo control de acceso al sector de baños para evitar aglomeraciones en el interior. En caso de generarse filas de espera, se recomienda mantener el distanciamiento mínimo de 1 metro entre las personas.
- Durante el funcionamiento del establecimiento, los servicios higiénicos se deben limpiar y desinfectar tanto como sea posible.

## RESPECTO AL USO DE PISCINAS

- Se recomienda controlar el tiempo de estadía al interior de la piscina a fin de evitar aglomeraciones.
- Se recomienda mantener la concentración de cloro dentro de los límites recomendados por las normas y estándares internacionales para la mantención de piscinas.

## RESPECTO A LOS CLIENTES O USUARIOS

- Se sugiere medir la temperatura del cliente con termómetro infrarrojo y/o hacer una revisión visual de su estado de salud. En caso de presentar algún síntoma, prohibir su ingreso.
- Solicitar a clientes desinfectar sus manos con alcohol o alcohol gel al ingreso.
- Llegar con traje de baño bajo la ropa para ingresar directo a la piscina.
- El usuario debe traer su botella personal de agua para hidratarse ya que los bebederos deben estar clausurados para su uso.
- Se solicita que los clientes traigan su toalla y accesorios personales, tales como salvavidas, gorros o anteojos de agua.
- Se recomienda concurrir a la piscina sólo con el grupo familiar más estrecho.

- No se debe ingresar con objetos que puedan ser compartidos, tales como pelotas, objetos inflables u otros objetos similares.

## RESPECTO A TRABAJADORES

- Los funcionarios de la piscina y los salvavidas deberán contar con capacitación sobre manejo y prevención del COVID-19.
- Se recomienda realizarles control de temperatura corporal y/o revisión visual del estado general de salud a todas las personas que ingresan al lugar. En caso de presentar síntomas, prohibir su ingreso. Son síntomas de la enfermedad del Covid-19:
  - ✓ Fiebre, esto es, presentar una temperatura corporal de 37,8 °C o más.
  - ✓ Tos.
  - ✓ Disnea o dificultad respiratoria.
  - ✓ Dolor torácico.
  - ✓ Odinofagia o dolor de garganta al comer o tragar fluidos.
  - ✓ Mialgias o dolores musculares.
  - ✓ Calofríos.
  - ✓ Cefalea o dolor de cabeza.
  - ✓ Diarrea.
  - ✓ Pérdida brusca del olfato o anosmia.
  - ✓ Pérdida brusca del gusto o ageusia.
- Realizar lavado profundo de manos al ingreso, por al menos 20 segundos, proveyendo agua limpia y jabón, o en su defecto alcohol o alcohol gel.
- Asegurar que al momento de firmar el libro de ingreso o de utilizar el reloj control los trabajadores puedan lavarse las manos o aplicar alcohol o alcohol gel.
- Flexibilizar horarios o celebrar pactos sobre horarios diferidos de ingreso y salida de los trabajadores, con el objeto de evitar aglomeraciones en traslado y/o adaptarse a la disponibilidad de transporte público.
- Convenir la distribución de la jornada en diversos turnos, con el fin de evitar aglomeraciones y limitar la cantidad de trabajadores que comparten un mismo espacio.
- Pactar otras medidas tendientes a evitar la aglomeración, como turnos para colación y descanso.
- Evitar reuniones grupales. De ser necesarias, reducir en lo posible número de participantes y evitar disponer de alimentos y bebestibles durante la reunión.