



Protocolo relativo a la protección y prevención de la salud frente a COVID-19 en el Gimnasio Municipal

[Introducción](#)
[Datos de la Instalación](#)
[Agentes vinculados](#)
[Medidas sanitarias](#)
[Reorganización de los espacios](#)
[Señalética](#)
[Horarios](#)
[Medidas sobre riesgos laborales](#)
[Actuaciones en caso de contagios](#)
[Versiones, modificaciones y actualizaciones](#)
[Bibliografía](#)
[Anexo: Planos de la instalación](#)
[Anexo: Consentimiento Informado COVID](#)

Introducción

La reapertura del Gimnasio municipal en las condiciones planteadas por las medidas sanitarias COVID-19 conlleva cambios en varios aspectos de su funcionamiento, principalmente en los planes de limpieza y desinfección, la adaptación de espacios, la limitación de su aforo y el control de los accesos de usuarios/as.

El presente documento ha sido elaborado por el área técnica deportiva y para su elaboración se ha realizado un estudio de necesidades planteadas por las monitoras del servicio deportivo en cuanto a equipamiento, espacios de trabajo y gestión de usuarios. A partir de este estudio se ha reorganizado el espacio del gimnasio municipal, adaptándolo a las medidas sanitarias recogidas en la Orden de 19 de junio de 2020, por la que se adoptan medidas preventivas de salud pública en la Comunidad Autónoma de Andalucía para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el coronavirus (COVID-19), una vez superado el estado de alarma, que establece como principales pautas la distancia personal de seguridad, la reducción del aforo y la higiene y desinfección del lugar y su equipamiento. Así mismo, se han tenido en cuenta las recomendaciones de la Orden de 13 de agosto de 2020, por la que se modifica la Orden de 19 de junio de 2020, como consecuencia de la situación y evolución de la pandemia por coronavirus (COVID-19).

Corresponde a la Alcaldía del Ayuntamiento de Castilleja de Guzmán, como órgano instructor del mismo, la aprobación de dicho Protocolo, su puesta en marcha, y el seguimiento en cuanto a revisiones y actualizaciones según las necesidades que se vayan planteando en función de la evolución de la pandemia.



Se trata por tanto de un documento para dar respuesta a través de recomendaciones y directrices a las medidas de prevención e higiene ante la situación generada por la COVID -19 en el servicio municipal del Gimnasio Municipal.

Datos de la Instalación

Nombre

Gimnasio Municipal de Castilleja de Guzmán

Ubicación

Plaza de España 1 (semisótano del edificio de la Casa Consistorial)

Superficie

128,94 metros (sala)

Aforo

25 personas; reducción condiciones COVID a 11 personas/por turno (44 % aforo)

Espacios

Área de acceso atención al público y desinfección

Zona de trabajo individualizada (18 puestos/máquinas))

Aseos Masculino y Femenino

Agentes vinculados

Nombre y apellidos	Cargo	Institución
*****	Alcaldesa - Presidenta	Ayuntamiento
*****	Concejal Deportes	Ayuntamiento
*****	Coordinador Técnico	Área Deportes
*****	Monitora	Gimnasio Municipal
*****	Monitora	Gimnasio Municipal
*****	Limpiadora	Área obras y servicios
*****	Técnico Riesgos Laborales	SEPRESUR SL

MEDIDAS SANITARIAS

Las medidas sanitarias que se exponen están basadas en el capítulo IX de la citada Orden de 19 de junio, en la que desarrollan las pautas sanitarias en materia docente y de deporte. Partiendo de ellas, y en función a las características del espacio y del servicio del gimnasio municipal, se plantean cuatro bloques de medidas sanitarias para garantizar la seguridad de los usuarios/as y de los propios trabajadores, y minimizar el riesgo de contagios.

Los bloques planteados son:

Bloque 1: Sobre las obligaciones de cautela y protección

Bloque 2: Sobre la distancia de seguridad interpersonal y uso de mascarilla

Bloque 3: Sobre la higiene y desinfección del lugar y su equipamiento

Bloque 4: Sobre el aforo y organización de los espacios



Bloque 1: Sobre las obligaciones de cautela y protección

Los/as usuarios/as del servicio deben responsabilizándose de las normas adoptando las medidas necesarias para evitar la generación de riesgos de propagación de la enfermedad COVID-19. Es responsabilidad de los/as usuarios/as no realizar la práctica físico-deportiva en instalaciones deportivas y no asistir al gimnasio municipal en el caso de que tenga síntomas del COVID-19 o que conviva con personas que se encuentren con tal enfermedad.

Por su parte, el Ayuntamiento de Castilleja de Guzmán debe garantizar el cumplimiento de las normas y velar por las medidas de protección.

Bloque 2: Sobre la distancia de seguridad interpersonal y uso de mascarilla

El Decreto ley 21/2020, establece una distancia de seguridad interpersonal de 1,5 metros, por lo que es necesario que se mantengan por los/as usuarios/as en todo momento dentro de la instalación deportiva. Aún manteniéndose dicha distancia, se hace obligatorio el uso de mascarilla, tal y como recoge la Orden de 14 de julio de 2020, sobre el uso de la mascarilla y otras medidas de prevención en materia de salud pública para hacer frente al coronavirus (COVID-19), exceptuando para las personas que presenten algún tipo de enfermedad o dificultad respiratoria que pueda verse agravada por el uso de la mascarilla o que, por su situación de discapacidad o dependencia, no dispongan de autonomía para quitarse la mascarilla, o bien presenten alteraciones de conducta que hagan inviable su utilización. Tampoco será exigible el uso de mascarilla en los supuestos de fuerza mayor o situación de necesidad o cuando, por la propia naturaleza de las actividades, el uso de la mascarilla resulte incompatible, con arreglo a las indicaciones de las autoridades sanitarias. Este es el caso de las zonas de trabajo cardiovascular, donde el ejercicio físico realizado requiere una mayor aportación de oxígeno, es aconsejable dejar libre las vías respiratorias. Excepcionalmente y por este motivo, en dicha zona se permitirá al usuario/a no ponerse la etiqueta respiratoria mientras esté haciendo el ejercicio físico correspondiente.

Para garantizar la distancia de seguridad, se organizará la circulación de personas, realizándose el marcado y parcelamiento de la instalación y zonas de trabajo físico deportivas, así como la señalización de los itinerarios de entrada y salida.

Bloque 3: Sobre la higiene y desinfección del lugar y su equipamiento

La desinfección y ventilación del gimnasio municipal se llevará a cabo dos veces al día por turno, con especial atención a las zonas de uso común y a las superficies de contacto más frecuentes. Para ello se utilizarán desinfectantes como diluciones de lejía (1:50) recién preparada o cualquiera de los desinfectantes con actividad virucida debidamente autorizados y registrados.

Se establece las siguientes sesiones de desinfección y ventilación, en función de los horarios del gimnasio, las cuales serán llevadas a cabo por las monitoras de sala:

- Sesión 1 de desinfección y ventilación: a las 11: 00 horas
- Sesión 2 de desinfección y ventilación: a las 19:30 horas

Respecto a la limpieza de la instalación, el personal de limpieza del Ayuntamiento se encargará de hacer una limpieza profunda de la sala dos veces al día, preferentemente antes de los turnos de



mañana y tarde.

También se realizará una desinfección de manos y calzado en el punto de acceso al gimnasio. Todas las personas que accedan a la instalación procederán al lavado de manos obligatoriamente, con soluciones hidroalcohólicas o desinfectantes. En cuanto al calzado, se realizará la desinfección con aerosoles o soluciones desinfectantes. Se habilitara soluciones de gel hidroalcohólico en la entrada y en la sala.

En el caso de utilizar material deportivo, se procederá a su desinfección continuada después de cada uso, y en ningún caso será compartido entre los usuarios al mismo tiempo. Se habilitara soluciones desinfectantes en varios puntos de la sala.

Se dispondrá de papeleras para depositar pañuelos y cualquier otro material desechable, que deberán ser limpiadas de forma frecuente.

La utilización de los aseos será de una persona cada vez, salvo en aquellos supuestos de personas que puedan precisar asistencia; en ese caso, también se permitirá la utilización por su acompañante. Deberá reforzarse la limpieza y desinfección de los referidos espacios garantizando siempre el estado de salubridad e higiene de los mismos cada vez que se use. Para controlar su uso y desinfección, sólo se ha habilitado un aseo en la sala.

Sólo está permitido el acceso a la sala con la toalla (de obligado cumplimiento) y bebida hidratante. Los efectos personales de los usuarios se depositarán en una bolsa cerrada dentro de una taquilla. Ésta taquilla será previamente desinfectada por las monitoras, encargadas a su vez de gestionar la apertura y cierre de las mismas.

Bloque 4: Sobre el aforo y organización de los espacios

Atendiendo a las normas sanitarias, el aforo del gimnasio municipal se verá reducido a 10 personas por turno (44% del aforo total), excluido la monitora, habiendo 2 turnos por cada jornada de mañana y tarde. Es decir, en total podrán acceder a la instalación un máximo de 40 usuarios/as al día.

Igualmente, se establece un tiempo de estancia en la instalación máximo de 1,5 horas, aunque es recomendable permanecer sólo el tiempo indispensable, debiéndose abandonar tras la finalización de la actividad.

El aforo deberá exponerse al público para garantizar que no se exceda. El recuento y control de los usuarios/as se llevará a cabo con el parte de asistencia diaria, que recogerá el nombre, día, turno, hora de entrada y salida.

Para facilitar el uso de la instalación y evitar aglomeraciones, se habilitará un número de teléfono para la reserva de plazas en los turnos establecidos.



Reorganización de los espacios

Con el objeto de garantizar las distancias de seguridad en cada puesto de trabajo físico deportivo, se plantea la redistribución de la maquinaria y el equipamiento del gimnasio municipal.

Para ello, y en primer lugar, se prescinde del siguiente equipamiento para ganar espacios dentro de la instalación:

- 5 bicicletas. (2 marca Dunlop, 2 marca Dkm utility 61 y 1 BH fitness).
- Banco de lumbares.
- Aparato giratorio de cintura.
- 1 banco de abdominales.
- 3 bancos suecos.
- Cinta andadora Planet 310.
- Máquina Aductores.
- Máquina Abductores.
- Press banca inclinado.

En segundo lugar, se reubicará la maquinaria restante estableciéndose 18 zonas de trabajo físico deportivo:

- ZONA 1: Máquina Isquiotibial
- ZONA 2: Máquina Dorsal Remo
- ZONA 3: Bici 2 (Cardiovascular)
- ZONA 4: Bici 1 (Cardiovascular)
- ZONA 5: Cinta andadora (Cardiovascular)
- ZONA 6: Máquina Bíceps-Tríceps
- ZONA 7: Máquina dorsal
- ZONA 8: Press Banca
- ZONA 9: Banco inclinado 1
- ZONA 10: Máquina Pectorales
- ZONA 11: Banco inclinado 2
- ZONA 12: Prensa piernas
- ZONA 13: Estación para sentadillas
- ZONA 14: Máquina press hombros
- ZONA 15: Zona abdominales y estiramiento.
- ZONA 16: Máquina cuádriceps
- ZONA 17: Torre dominada
- ZONA 18: Banco de abdominales

Para que el usuario/a se incorpore en las diferentes zonas de trabajo será necesario acceder por una



serie de pasillos que medirán 1.5 metros de anchura, que serán marcados y delimitados. En estos espacios comunes de tránsito no se podrá estar de forma estacionaria, y en caso de coincidir con otras personas se deberá respetar la distancia de seguridad.

La zona de acceso y salida de la instalación será por la misma puerta, por lo que se establecerá en este lugar, un recibidor donde se ubicará el punto de información y atención al usuario. Desde este punto, las monitoras podrán controlar y organizar las entradas y salidas para evitar aglomeraciones, y proceder a la desinfección de manos y calzado respectivamente. En este lugar será necesario contar con el equipamiento de protección individual para las monitoras dispuesto por la normativa vigente, y que a parte de la mascarilla y zonas marcadas de distanciamiento, se suma las pantallas protectoras para la atención al público.

Se adjunta un plano de la instalación donde se pueden apreciar tanto las zonas de trabajo como los espacios comunes, de tránsito y de acceso y salida.

Señalética

Se contempla dos tipos de señalización; vertical y horizontal.

Para la **señalética vertical** se utilizará carteles indicativos con las siguientes advertencias:

- Entrada (1)
- Salida (1)
- Zona de espera (2)
- Aforo (1)
- Aforo de los aseos (1)
- Distanciamiento de seguridad (8)
- Uso obligatorio de mascarilla (8)
- Desinfección de manos (3)
- Uso obligatorio de toalla (10)
- Desinfección obligatoria de maquinaria y aparatos tras su uso (8)
- Taquillas (1)
- Pasillo /Zona de tránsito (2)

Para la **señalética horizontal** se realizará el marcado con cinta adhesiva de suelo limitando las siguientes zonas:

- Zona de acceso y desinfección
- Pasillos/zona de tránsito
- Zonas del trabajo individualizadas (18 zonas de maquinarias o/y trabajo físico deportivo)

Por otro lado se podrán indicaciones en suelo indicando el sentido de la circulación de personas, las distancias de seguridad, el acceso a las zonas de trabajo individualizadas y el acceso a los aseos.



Horarios

En cuanto a los nuevos horarios, se establecen 4 franjas horarias y sus respectivas pausas de desinfección y ventilación. En dichas pausas, los usuarios/as deberán abandonar la instalación de forma escalonada para evitar aglomeraciones. Para ello se establece un orden de salida con distanciamiento de seguridad por las zonas indicadas al efecto. Para evitar coincidencias a la entrada y salida del gimnasio, se ubicará una zona de espera.

Los horarios previstos son:

Horario de mañana

Turno 1: 9:30h-11:00h

Pausa desinfección 1: 11:00h- 11:30h

Turno 2: Reapertura: 11:30h- 13:00h

Horario tarde

Turno 3: Apertura: 18:00h-19:30h

Pausas de desinfección 2: 19:30h-20:00h

Turno 4: 20:00h- 21:30h

Con estos horarios, se pretende garantizar las medidas sanitarias y de seguridad que se establecen según el Protocolo COVID 19 para el gimnasio municipal, así como el control y registro de usuarios/as.

Asimismo, para poder acceder a la sala de entrenamientos, será necesario solicitar la reserva previamente. De forma telefónica, el/la usuario/a solicitará la franja horaria que más le interese. Es importante reseñar que la reserva sólo se efectuará con un máximo de 48 horas. En los casos que el usuario/a no realice la reserva telefónica y acuda directamente al gimnasio, su acceso a la sala estará condicionado por el aforo de la misma y las reservas que se hayan realizado previamente.

Se estable el siguiente teléfono para la reserva de plazas **638 75 62 52**

Medidas sobre riesgos laborales

El personal que desarrolla su labor dentro de la instalación municipal del gimnasio de forma ordinaria será el siguiente:

Nombre	Puesto	Funciones
*****	Limpiadora	Limpieza y desinfección
*****	Monitora deportiva	Control y asesoramiento deportivo
*****	Monitora deportiva	Control y asesoramiento deportivo

Existe un puesto de trabajo común para ambas monitoras, que consiste en una mesa con ordenador e impresora, silla y armario, si bien el trabajo se lleva a cabo por turnos, por lo que nunca coincidirá



ambas trabajadoras al mismo tiempo en el puesto de trabajo.

En cuanto a los productos de limpieza, se ha creado un único lugar para su depósito, al que sólo tendrán acceso la limpiadora y ambas monitoras y que debe ser desinfectado también tras su uso. Los productos de desechos serán manipulados por el personal del gimnasio en bolsas cerradas.

Los posibles indicadores de riesgos ante la COVID-19 detectados para el personal del gimnasio municipal son los siguientes:

- Riesgo de contagio por contacto en superficies
- Riesgo de contagio por contacto entre personas
- Riesgo de contagio por inhalación

Las medidas relacionadas con la protección de la salud de los trabajadores y trabajadoras del gimnasio municipal en base a los indicadores de riesgos son las siguientes:

- Desinfección y limpieza
- Distanciamiento de seguridad
- Protección con EPI (mascarilla y gel hidroalcohólico)

La **limpieza y desinfección** se realizará conforme a las medidas sanitarias que recoge este protocolo, siendo especialmente importante que se controle la desinfección de aparatos después de uso, así como del material compartido. Igualmente será necesario que las monitoras limpien y desinfecten su puesto de trabajo al finalizar la jornada laboral.

El **distanciamiento de seguridad** será obligatorio, no permitiéndose contactos entre el personal y los usuarios/as, salvo por causas de necesidad y urgencia, entendiéndose por estas la de intervención con desfibrilador o cualquier otra maniobra de reanimación. En tal caso es necesario que las monitoras lo realicen con guantes higiénicos.

La atención a los usuarios y usuarias se realizará respetando la **distancia de 1,5 metros** de seguridad, y en caso de utilizar formularios o documentos en papel u otro utensilio de oficina se deberá realizar la correspondiente desinfección de manos tras su uso.

Los empleados deberán **usar mascarilla** durante toda la jornada laboral y deberán realizar limpiezas de manos continuadas o en su caso cuando toquen diferentes superficies y aparatos.

Actuaciones en caso de contagios

En el caso de detectarse usuarios/as que han sido contagiados por la COVID-19 y hayan asistido al gimnasio municipal se establecerá las siguientes pautas:

1º Se procederá al cierre del gimnasio como medida preventiva hasta su completa desinfección y limpieza. En caso de que la autoridad sanitaria lo estime oportuno, la instalación permanecerá en cuarentena durante el tiempo necesario.



2º Se notificará el caso o los casos de contagios a la autoridad sanitaria a través del Centro de Salud o en el teléfono COVID-19 para Andalucía (900400061). Asimismo se facilitará los datos de las personas que hayan podido estar en contacto con la persona o personas afectadas en el gimnasio municipal.

3º Se seguirán las medidas que indique el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales o en su caso la autoridad sanitaria.

4º En el caso de contagio de las monitoras, se realizará el cierre cautelar de la instalación.

Si en un periodo breve de tiempo se producen varios contagios entre las personas que asisten al gimnasio municipal, se realizará una valoración del protocolo de protección y prevención de la salud de dicha instalación, con el objetivo de revisar su funcionamiento y ajustar las medidas correspondientes.

Todos los usuarios/as rellenarán un formulario (Consentimiento Informado) donde se le pedirá información personal sobre la COVID y se le informará de los riesgos de la práctica deportiva.

Versiones, modificaciones y actualizaciones

La evolución constante a la que está sometida la pandemia obliga a la adaptación del protocolo a dichas circunstancias. En este sentido se estima una revisión constante y actualización de las medidas que se recogen, atendiendo a los siguientes ítems:

- Nuevas recomendaciones de la autoridad sanitaria publicadas a través de los boletines oficiales.
- La incidencia y evaluación de las medidas desarrolladas en este documento en el funcionamiento del servicio municipal del gimnasio municipal.
- La afectación en número de casos de contagios que puedan aparecer en el municipio, especialmente los relacionados con el gimnasio municipal.

Todas las revisiones a las que se somete este documento deberán ser aprobadas por la Alcaldía de este Ayuntamiento y se reflejan en el siguiente cuadro:

Versión	Modificación	Fecha actualización
PCG-1	Aprobación	14/09/2020

En Castilleja de Guzmán a fecha de la firma digital

La Alcaldesa



Bibliografía







1. Protocolo vuelta a la actividad deportiva. CSD (AEPSAD_ Agencia Española de Protección de la Salud en el Deporte) 18 de Abril de 2020.
2. Orden de 19 de junio de 2020, por la que se adoptan medidas preventivas de salud pública en la Comunidad Autónoma de Andalucía para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el coronavirus (COVID-19), una vez superado el estado de alarma.
3. Orden de 14 de julio de 2020, sobre el uso de la mascarilla y otras medidas de prevención en materia de salud pública para hacer frente al coronavirus (COVID-19) y por la que se modifica la Orden de 19 de junio de 2020.
4. Orden de 13 de agosto de 2020, por la que se modifica la Orden de 19 de junio de 2020, como consecuencia de la situación y evolución de la pandemia por coronavirus (COVID-19)
5. Orden de 11 de septiembre, por la que se modifican la Orden de 17 de junio de 2020, por la que se aprueban medidas para el restablecimiento de la actividad docente en el sistema sanitario público de Andalucía, como consecuencia de la situación y evolución de la pandemia por coronavirus (COVID-19), y la Orden de 19 de junio de 2020, por la que se adoptan medidas preventivas de salud pública en la Comunidad Autónoma de Andalucía, para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el coronavirus (COVID-19), una vez superado el estado de alarma, en lo relativo al ámbito del deporte.
6. Manual del Deporte Andaluz 2020/21. Consejería de Educación y Deporte (Junta de Andalucía)



Anexo: Planos de la instalación



Leyenda:

Color	Descripción
	Zona de trabajo individualizada (18 maquinas o aparatos)
	Zona de desinfección y atención al usuario/a
	Zona de espera (salida o entrada)
	Almacén de productos de desinfección y limpieza
	Taquillas
	Puesto de trabajo monitoras



Anexo: Consentimiento Informado COVID

DECLARACIÓN RESPONSABLE Y CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA LA INSCRIPCIÓN EN EL GIMNASIO MUNICIPAL DEL AYUNTAMIENTO DE CASTILLEJA DE GUZMÁN

D. Dña. _____,
Con DNI _____, en relación a la inscripción en el gimnasio municipal de la Delegación de Deportes del Ayuntamiento de Castilleja de Guzmán, en nombre y representación de (sólo en caso de que el inscrito sea menor de edad)

DECLARO RESPONSABLEMENTE:

1. Que no ha tenido síntomas compatibles con la enfermedad COVID-19 durante los últimos 14 días, ni tampoco ha estado en contacto estrecho con un caso probable o confirmado de COVID-19.
2. Seleccionar una opción:
 - No pertenece a ninguno de los grupos de riesgo que son más vulnerables por contagios frente al COVID-19.
 - Pertenece a grupos de riesgo vulnerables por contagios frente al COVID-19, pero contamos con una autorización médica para participar en actividades como Campus Deportivos, la cual entregamos en este momento mediante fotocopia
3. Me comprometo a realizar revisión diaria del estado de salud, y a comunicar cualquier síntoma relacionado con la COVID-19
4. Soy conocedor/a de las condiciones de participación en el Gimnasio Municipal del Ayuntamiento de Castilleja de Guzmán y su protocolo para la adaptación de medidas organizativas, funcionamiento y ejecución de actividades deportivas, para la prevención de contagios frente al COVID-19
5. Me comprometo a aceptar las medidas protocolarias impulsadas desde Gimnasio Municipal y las medidas de prevención e higiene propuestas y congruentes con las descritas en cada momento por la Autoridad Sanitaria competente.
6. Conozco y he sido informado sobre los riesgos de la actividad: la práctica deportiva conlleva riesgos para la salud e integridad personal, como lesiones, alteraciones cardiorrespiratorias y agravamiento de patologías como consecuencia de la realización de esfuerzos y del desencadenamiento de accidentes, golpes, caídas, etc. Me comprometo a informar al personal técnico a cerca de contraindicaciones, enfermedades o alteraciones facultativamente reconocidas mi estado de salud. Además, en la situación de pandemia actual soy conocedor/a que por el mero hecho de participar en el gimnasio municipal del Ayuntamiento de Castilleja de Guzmán existe un riesgo de contagio por SARS-CoV2. Soy consciente que por tal motivo, podrá ser vulnerable al desarrollo de la enfermedad COVID-19
7. Me comprometo a informar a la Delegación de Deportes en los 14 días siguientes a la finalización del mismo, en de ser un caso positivo de COVID-19.



AYUNTAMIENTO DE CASTILLEJA DE GUZMÁN

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Siendo conocedor/a de lo declarado anteriormente, de las normas y requisitos de participación en el Gimnasio Municipal del Ayuntamiento de Castilleja de Guzmán, y en especial, de los riesgos inherentes derivados de la práctica deportiva y del riesgo de contagio por SARS-CoV2,

EXPRESO MI CONFORMIDAD DE FORMA INEQUÍVOCA para inscribirme y hacer uso del Gimnasio Municipal de Castilleja de Guzmán.

En Castilleja de Guzmán, a _____

Firmado: D./Dña. _____