



Procedimientos
de **Reapertura**
de **Gimnasios**

Para preservar la salud de los alumnos de los gimnasios, es esencial que todos sigan, cuando los organismos públicos autoricen su reapertura, estos procedimientos de seguridad, para reducir la contaminación de la COVID-19 dentro de sus sucursales.

Se ha desarrollado este material siguiendo las pautas e información de agencias públicas, como la Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Ministerio de Salud. La historia de las regiones donde ha pasado el pico de la pandemia también se ha tomado como base y el proceso de reapertura de los gimnasios ya está en marcha, como en China y otros lugares de Europa.



LIMPIEZA GENERAL DE LAS SUCURSALES

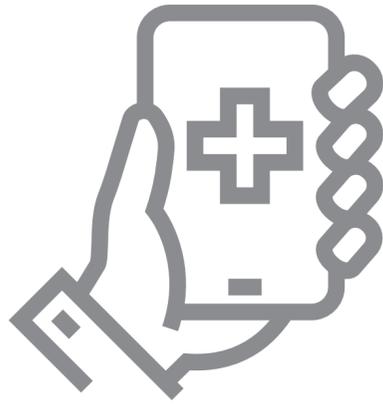
- 1.** Proporcionar contenedores con alcohol en gel al 70% para uso de clientes y empleados en todas las áreas del gimnasio (recepción, áreas de pesas libres y de máquinas de pesas, salas de actividades colectivas, vestuario, kids room, entre otros).
- 2.** Durante el horario de atención del gimnasio, cerrar cada área de 1 a 2 veces al día durante al menos 30 minutos, para la limpieza general y desinfección de los entornos.
- 3.** Posicionar kits de limpieza en puntos estratégicos de las áreas de pesas libres y máquinas de pesas con toallas de papel y productos de higiene específicos para que los clientes los usen en equipos de entrenamiento, como colchonetas, pesas y máquinas de pesas. En el mismo lugar, debe haber una guía para la eliminación inmediata de toallas de papel.



USO OBLIGATORIO DE EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL (EPP) PARA EMPLEADOS, ENTRENADORES PERSONALES Y TERCEROS:

- 1.** Máscaras (por recepcionistas, instructores, personal de limpieza, terceros y gerentes)
- 2.** Guantes (por recepcionistas, instructores y personal de limpieza, terceros y gerentes)

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



MEDIDAS OPERATIVAS PREVENTIVAS:

1. Con un termómetro electrónico remoto, mida la temperatura de todos los que entran. Si una temperatura es superior a 37,8 ° C, la persona no podrá ingresar a lo gimnasio, incluyendo clientes, empleados y terceros.
2. Si algún empleado tiene fiebre alta junto con cualquier otro síntoma de la COVID-19, repórtelo inmediatamente a la gerencia local.
3. En el caso de usar un lector de huella para ingresar al gimnasio, debe haber un recipiente de alcohol en gel al 70% al lado del trinquete. Además, el cliente debe tener la opción de acceder al gimnasio informando a la recepcionista de su número de registro o CPF, para que no tenga que tocar el lector de huella.
4. Limitar la cantidad de clientes que ingresan al gimnasio: ocupación simultánea de 1 cliente cada 4 m (áreas de entrenamiento, piscina y vestuarios).
5. Con cinta, definir el espacio en el que cada cliente debe ejercitarse en las áreas de peso libre y en las salas de actividades colectivas. Cada cliente debe estar a 1,5 m del otro.
6. Usar solo el 50% de las máquinas de cardio, es decir, dejar el espacio de un equipo sin usar para el otro. Hacer lo mismo con los armarios.
7. Permitir que el agua escape del bebedero solo para usar sus propias botellas.
8. Congelar los planes de clientes mayores de 60 años, cuando se solicite.
9. Comunicarse con los clientes para que traigan sus propias toallas para ayudar a mantener la higiene de los equipos.
10. Renovar todo el aire del entorno, de acuerdo con los requisitos de la legislación (al menos 7 veces por hora), y cambiar los filtros de aire, al menos una vez al mes, usando tabletas adecuadas para higiene de las bandejas del aparato.
11. Exponer a los clientes todos los manuales de orientación que puedan ayudar a combatir la contaminación por COVID-19.
12. Capacitar a todos los empleados sobre cómo guiar a los clientes sobre las medidas preventivas.



RECOMENDACIONES PARA PISCINA:

- 1.** Proveer un recipiente de alcohol en 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.** Requerir el uso de zapatillas en el entorno de práctica acuática.
- 3.** Proporcionar, en el área de la piscina, soportes para que cada cliente pueda colgar su toalla individualmente.
- 4.** Después del final de cada clase, limpiar las escaleras, las balizas y los bordes de la piscina.



COMUNICACIÓN CON EMPLEADOS, ENTRENADORES PERSONALES Y TERCEROS:

Ellos deben recibir las debidas orientaciones sobre:

- 1.** Uso de los EPPs para trabajo.
- 2.** Limpieza de las manos con agua y jabón (cómo lavarse y con qué frecuencia). Lo mismo para higienización con alcohol en gel.
- 3.** Uso del termómetro.



COMUNICACIÓN CON CLIENTES:

Difundir las comunicaciones con orientación a los clientes sobre:

1. Higiene de manos con agua y jabón y/o alcohol en gel al 70% (cómo y con qué frecuencia).
2. Uso de botella de agua individual.
3. Uso de toalla individual.
4. Restricción de que la entrada de clientes, empleados o terceros con temperatura superior 37,8 °C no será autorizada.
5. Gráfico con frecuencia diaria por tiempo.
6. Recomendación para que los clientes eviten las horas pico y se programen para entrenar en horarios alternativos.

smart

fit

