



PROTOCOLO BIOSEGURIDAD



## ANEXO I

### MEDIDAS PREVENTIVAS GENERALES

### PROTOCOLO PARA MONTAÑISMO, ESCALADA, TREKKING

31 de junio de 2021

El COVID-19 es una enfermedad viral que se transmite por vía aérea con las secreciones que se eliminan al hablar, toser, estornudar y por el contacto de las manos con superficies contaminadas por esas secreciones cuando se llevan, sin higiene previa, a la cara y entran en contacto con la boca, nariz y conjuntivas. El mayor riesgo de transmisión se da en ambientes cerrados, mal ventilados con acumulación de personas respirando, hablando, tosiendo o estornudando.

Todas las medidas detalladas a continuación son para mitigar la cadena de transmisión.

El presente protocolo tiene como objetivo mantener la bioseguridad de clientes, empleados y la infraestructura del comercio, para así minimizar la diseminación viral frente a la Emergencia Sanitaria de la COVID-19.

**Actividades permitidas:** trabajo deportivo, sin contacto

**Método:** Actividad outdoor con equipamiento individual y elementos de protección personal o específico del deporte.

**Capacidad y edad:** hasta 10 personas en grupos mayores a 6 años de edad. Hasta 7 personas en grupos hasta 5 años de edad.

**Distanciamiento en actividad:** 4 m



## PROTOCOLO BIOSEGURIDAD

LOGO	O
NOMBRE	
DEL GYM	

### Modalidad:

Las medidas serán de carácter obligatorio, constituyendo responsabilidad de cada uno de los actores intervinientes (docentes, estudiantes, ayudantes etc.) quienes tendrán que cumplir estrictamente con las mismas. Se compartirá el presente documento para poner en conocimiento a todas las partes involucradas.

Se llevará un registro diario de los grupos de participantes, con los siguientes datos: nombre, apellido, DNI y teléfono de contacto. El objetivo es poder localizar rápidamente en caso de ser necesario.

### Medidas de protección

#### ➤ Personal:

Elemento personal de protección de cada actividad.

Se respetará el distanciamiento físico de 4 m si realizan la actividad aeróbica.

Se fomentará el lavado frecuente de manos.

No se podrá compartir elementos propios del rubro, además de mate, tazas, salvo que sean previamente lavados y desinfectados.

El equipamiento utilizado será puesto de forma individual, evitando el contacto de otras personas.

Todas las personas involucradas deberán tener conocimiento del protocolo para asegurar su entendimiento e implementación.

La Institución garantizará que el personal afectado a la prestación de labores se encuentre asintomático a cualquier enfermedad respiratoria (resfrío, gripe, angina, u otras), y no se encuentra cursando el aislamiento obligatorio por ser contacto estrecho o positivo de COVID-19.

En caso de aparición de síntomas, se dará aviso a Área Programática Noroeste (2945-15534654) y se procederá inmediatamente al aislamiento de la persona en un lugar apartado.



LOGO	O
NOMBRE	
DEL GYM	

### MEDIDAS DE DESINFECCIÓN/PREVENCIÓN DEL EQUIPAMIENTO

Los elementos deportivos individuales serán limpiados y desinfectados siguiendo estos pasos:

1° Limpieza con detergente, jabón o producto jabonoso. Secar.

2° Desinfección con agua + lavandina

Las soluciones se utilizarán en el día para conservar el poder desinfectante, por lo que se recomienda preparar las cantidades justas.

#### I - LAVANDINA CON CONCENTRACIÓN 55r / litro

Preparación para grandes cantidades	200 ml (1 taza) lavandina	en 10 litros de agua
Preparación para medianas cantidades	100 ml lavandina	en 5 litros de agua.
Preparación para pequeñas cantidades	20 ml lavandina	en 1 litro de agua.
II - LAVANDINA CON CONCENTRACIÓN 25 g Cl / litro		
Preparación para grandes cantidades	400 ml lavandina	en 10 litros de agua
Preparación para medianas cantidades	200 ml lavandina	en 5 litros de agua
Preparación para pequeñas cantidades	40 ml lavandina	en 1 litro de agua

Las superficies que no puedan ser mojadas, se desinfectarán con una solución hidroalcohólica al 70%, preparando 70% de alcohol medicinal al 96° y 30% de agua.

Los equipamientos serán desinfectados completamente al final de la jornada recreativa o antes de comenzar la misma.



## PROTOCOLO REFUGIO

**Actividades permitidas:** hasta 10 personas (grupos a partir de los 6 años) con hasta 7 personas (grupos hasta 5 años), siempre que el espacio asegure los 2.25m<sup>2</sup> por persona. Uso individual de elementos.

Para el servicio gastronómico, se deberá presentar y cumplir el protocolo específico de este rubro.

### ➤ Refugio

Respetar en todo momento la capacidad máxima del local (2m<sup>2</sup> por persona o lo declarado en protocolo de gastronomía).

Utilizar tapabocas o barbijo el mayor tiempo posible.

Mantener la distancia segura de 2mt entre personas.

Evitar el contacto físico (besos, abrazos, etc.)

Fomentar estornudar cubriéndose con el pliegue del codo, e higienizarse las manos luego de sonarse la nariz.

Se deberá tener preparados y desinfectados los elementos para uso individual del estudiante/socio en caso de ser necesario.

No se compartirán elementos personales como útiles, utensilios, mates, tazas.

Se garantizará jabón, alcohol en gel o alcohol diluido y toallas descartables en los baños, aula, ingreso o cualquier sitio de uso.

Se habilitarán baños de uso individual.

No se podrán usar bebederos.

Fomentar la no utilización de celulares o su desinfección frecuente.

El establecimiento garantizará que el personal afectado a la prestación de labores se encuentre asintomático a cualquier enfermedad respiratoria (resfrío, gripe, angina, u otras), y no se encuentra cursando el aislamiento obligatorio por ser contacto estrecho o positivo de COVID-19.



LOGO	O
NOMBRE	
DEL GYM	

## MEDIDAS DE DESINFECCIÓN/PREVENCIÓN

### *Superficies de contacto:*

Las superficies de contacto frecuente como picaportes, mostradores, teclados, tableros, teléfonos, perillas, llaves de luz, canillas, bachas, equipos de música, controles remotos, etc., serán limpiadas y desinfectadas siguiendo estos pasos:

1° Limpieza con detergente, jabón o producto jabonoso. Secar.

2° Desinfección con agua + lavandina

Las superficies que no puedan ser mojadas, se desinfectarán con una solución hidroalcohólica al 70%, preparando 70% de alcohol medicinal al 96° y 30% de agua.

Las soluciones se utilizarán en el día para conservar el poder desinfectante, por lo que se recomienda preparar las cantidades justas.

### I - LAVANDINA CON CONCENTRACIÓN 55g Cl / litro

Preparación para grandes cantidades	200 ml (1 taza) lavandina	en 10 litros de agua
Preparación para medianas cantidades	100 ml lavandina	en 5 litros de agua.
Preparación para pequeñas cantidades	20 ml lavandina	en 1 litro de agua.

### II - LAVANDINA CON CONCENTRACIÓN 25 g Cl / litro

Preparación para grandes cantidades	400 ml lavandina	en 10 litros de agua
Preparación para medianas cantidades	200 ml lavandina	en 5 litros de agua
Preparación para pequeñas cantidades	40 ml lavandina	en 1 litro de agua

*Baños:*



COEM

## PROTOCOLO BIOSEGURIDAD

LOGO	O
NOMBRE	
DEL GYM	

Se prestará especial atención a la limpieza y desinfección de baños. Los baños son un lugar de especial cuidado. No sólo el personal de limpieza del establecimiento deberá encargarse de ésta tarea, sino que se debe fomentar que cada cliente cuide la limpieza de los baños.

- En la puerta del baño antes de ingresar y dentro del baño, se recomienda colocar cartelera para que cada usuario del baño adopte buenas prácticas de uso para cuidar no sólo su higiene, sino la limpieza del baño para proteger a los demás usuarios. Colocar cartelera de lavado de manos, según las pautas difundidas por la Organización Mundial de la Salud.

- Se deberá proveer de forma permanente jabón líquido y toallas de papel.

- Limpiar y desinfectar con mayor periodicidad: dispenser, picaportes de puertas, barandas y pasamanos de los baños.

- Limpiar y desinfectar pisos y paredes varias veces al día. La limpieza se realiza con algún producto jabonoso como el detergente.

El establecimiento será desinfectado completamente al final de la jornada laboral o antes de comenzar la jornada siguiente, incluyendo todas las superficies duras no porosas (pisos, vidrieras, paredes de superficies limpiables, etc.).

El personal deberá utilizar guantes y posteriormente efectuar el correcto lavado de manos.

*Ventilación:*

### 3. VENTILACIÓN

El virus se transmite por el aire en espacios mal ventilados, por lo que es necesario contar con ventilación cruzada constante en estos ambientes.

- Mantener abierta de manera constante al menos una ventana o puerta. Abrir una ventana o puerta del otro lado del salón, y así facilitar que el aire circule naturalmente. La apertura debe ser de al menos 5cm.

Asegurar la aireación del lugar, aún ante bajas temperaturas.

Debe ser natural por aire circulante o ventilación cruzada, **NO** por ventiladores.

Mantener una temperatura ambiente de entre 23-26°C.

**Información Visual:**

- Se dispondrá de manera clara y precisa la información sobre los protocolos sanitarios, higiene personal y manejo frente a la aparición de síntomas. Los mismos



## PROTOCOLO BIOSEGURIDAD

LOGO	O
NOMBRE	
DEL GYM	

deberán permanecer exhibidos en los lugares de ingreso y salida del local (ANEXO II).

- Capacidad del establecimiento:

La capacidad será comunicada con señalización visible en el acceso al establecimiento y respetada en todo momento. Además, se podrá agregar un cartel por aula para indicar la capacidad máxima de personas en ese sitio.

La base de este protocolo cumple las normas dispuestas en la Ordenanza Nº 67/2020 y 28/2021 (Flexibilización aislamiento social, preventivo y obligatorio para actividades comerciales), pudiendo ser modificado con el avance de la emergencia sanitaria.

Las actividades y recursos descriptos en este protocolo, es exclusiva responsabilidad del establecimiento. Queda bajo su responsabilidad el control y cumplimiento de las pautas de bioseguridad.

Firmo en conformidad con el Decreto Nacional 260/20, los Decretos Provinciales y Normas sanitarias vigentes (COVID-19).

### **-PROTOCOLO CLUB ESQUÍ-**

**Nombre y apellido del responsable:**

**Actividad:**

**Dirección:**

**Teléfono:**

**Firma/aclaración:**



## PROTOCOLO BIOSEGURIDAD

LOGO	O
NOMBRE	
DEL GYM	

DUPLICADO

La base de este protocolo cumple las normas dispuestas en la Ordenanza N° 67/2020 y 28/2021 (Flexibilización aislamiento social, preventivo y obligatorio para actividades comerciales), pudiendo ser modificado con el avance de la emergencia sanitaria.

Las actividades y recursos descriptos en este protocolo, es exclusiva responsabilidad del establecimiento. Queda bajo su responsabilidad el control y cumplimiento de las pautas de bioseguridad.

Firmo en conformidad con el Decreto Nacional 260/20, los Decretos Provinciales y Normas sanitarias vigentes (COVID-19).

### **-PROTOCOLO CLUB ESQUI-**

**Nombre y apellido del responsable:**

**Actividad:**

**Dirección:**

**Teléfono:**

**Firma/aclaración:**








LOGO	O
NOMBRE	
DEL GYM	

ANEXO II

# Coronavirus COVID-19

Recomendaciones generales  
para prevenir virus respiratorios  
(incluyendo coronavirus COVID-19)

Argentina unida salud

- Lavarse las manos frecuentemente, sobre todo antes de ingerir alimentos y bebidas, y luego del contacto con superficies en áreas públicas.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con el pliegue del codo. Lavarse las manos inmediatamente después.
- Evitar contacto directo con personas que tengan enfermedades respiratorias.

Ministerio de Salud Argentina

[www.argentina.gob.ar/salud](http://www.argentina.gob.ar/salud)  
0800 222 1002  
opción 1

nuevo

# Coronavirus COVID-19

## saber para prevenir

Produce una enfermedad respiratoria que solo en algunos casos puede complicarse (principalmente en personas mayores). Se transmite por vía respiratoria cuando el contacto es estrecho o por contacto con superficies contaminadas.

### cuidados



Lavarse las manos con jabón regularmente.



Estornudar en el pliegue del codo.



No llevarse las manos a los ojos, nariz ni boca.



Ventilar los ambientes.



Limpiar los objetos que se usan con frecuencia.



No compartir platos, vasos u otros artículos de uso personal.

### síntomas



fiebre y tos



fiebre y dolor de garganta



fiebre y dificultad para respirar

Si tenés alguno de estos síntomas y estuviste en algún país de circulación del virus o en contacto con algún caso confirmado **no te automediques y consultá al sistema de salud preferentemente por vía telefónica.**

## ¿Cómo hay que lavarse las manos?

