

# **PROTOCOLO PARA EL FUNCIONAMIENTO DE GIMNASIOS PARA PREVENCIÓN Y MANEJO DE CASOS DE COVID-19**

Este protocolo se encuentra en revisión permanente en función de la evolución y nueva información que se disponga de la pandemia en curso.

## **1. OBJETIVO**

El objetivo del presente documento es el de reglar el funcionamiento de gimnasios, con el objeto de prevenir y gestionar de manera adecuada los riesgos generales del COVID-19 respecto de empleados y usuarios/concurrentes, y que puedan, asimismo, tomar las medidas o implementar un plan de acción a seguir ante la ocurrencia de casos sospechosos, confirmados y contactos estrechos acorde a las normas dictadas por los organismos jurisdiccionales.

El presente documento constituye una recomendación de atender a los presupuestos que lo integran, el cual puede ser ampliado o modificado en base a la situación epidemiológica y cualquier otra particularidad que resulte significativa a fin de salvaguardar la salud de las personas, en atención a la particularidad de la actividad a la que será de aplicación.

## **2. ALCANCE**

El presente protocolo es de aplicación al personal, sea propio o contratado, afectado al funcionamiento de gimnasios, como así también a los usuarios/concurrentes/proveedores.

## **3. RETORNO A LA ACTIVIDAD LABORAL PRESENCIAL**

De conformidad con lo establecido en la Resolución Conjunta 4/2021 (RESFC-2021-4-APN-MS) de los Ministerios de Salud y Trabajo, Empleo y Seguridad Social de la Nación, los empleadores y las empleadoras podrán convocar al retorno a la actividad laboral presencial a los trabajadores y las trabajadoras, incluidos los dispensados y dispensadas de la misma por encontrarse comprendidos en los incisos a), b) y c) del artículo 1° de la Resolución del MINISTERIO DE TRABAJO, EMPLEO Y SEGURIDAD SOCIAL N° 207/2020 y sus modificatorias, que hubieren recibido al menos la primera dosis de cualquiera de las vacunas destinadas a generar inmunidad adquirida contra el COVID-19 autorizadas para su uso en la República Argentina, independientemente de la edad y la condición de riesgo, transcurridos CATORCE (14) días de la inoculación.

En el caso de tratarse de trabajadores y trabajadoras de la salud con alto riesgo de exposición, dispensados del deber de asistencia al trabajo por encontrarse

comprendidos en los incisos b) y c) del artículo 1° de la Resolución del MINISTERIO DE TRABAJO, EMPLEO Y SEGURIDAD SOCIAL N° 207/2020 podrán ser convocados una vez transcurridos CATORCE (14) días de haber completado el esquema de vacunación en su totalidad, independientemente de la edad y la condición de riesgo.

Exceptuase de lo precedentemente expuesto a las personas incluidas en el artículo 3°, incisos V y VI de la Resolución N° 627/2020 del Ministerio de Salud de la Nación y sus modificatorias y complementarias.

#### **4. RECOMENDACIONES DE HIGIENE GENERALES PARA LA REALIZACIÓN DE LA ACTIVIDAD**

##### **4.1. MEDIDAS DE HIGIENE PARA LA REALIZACIÓN DE LA ACTIVIDAD, RESPECTO DE LOS EMPLEADOS Y TITULARES DE AQUELLA**

###### ***4.1.1. RESPECTO DE LA ORGANIZACIÓN DE LA ACTIVIDAD EN GENERAL***

Se recomienda revisar y adecuar las diferentes tareas fundamentales con la finalidad que la dotación que preste servicios en el establecimiento sea la mínima e indispensable para su funcionamiento. Dicha dotación se organizará sobre la base de cohortes de trabajadores para reducir el intercambio de personas y disposición de descansos, de manera tal de garantizar las medidas de prevención recomendadas durante toda la jornada de trabajo, como son, entre otras, llevar al mínimo posible la convivencia simultánea de personas en un mismo espacio físico, uso de cubrebocas en todo momento para la totalidad personas que permanezcan en el establecimiento, quedando exceptuado su uso solo en los momentos específicos en los que se realiza la actividad física.

###### ***4.1.2. RESPECTO DE LAS MEDIDAS DE PREVENCIÓN EN RELACIÓN AL PERSONAL***

Es imprescindible reforzar las medidas de higiene personal en todos los ámbitos de trabajo y frente a cualquier escenario de exposición, se recomienda:

- La higiene de manos de manera frecuente, ya que es la medida principal de prevención y control de la infección, principalmente:
  - al ingreso al lugar de trabajo.
  - antes y después de manipular basura, desperdicios, alimentos, de comer;

- luego de tocar superficies públicas (mostradores, pasamanos, picaportes, barandas, etc.), manipular dinero, tarjetas de crédito / débito, llaves, animales, etc.;
- después de utilizar instalaciones sanitarias y de estar en contacto con otras personas.
- Se sugiere mantener una distancia mínima de 2 metros con cualquier persona.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- No compartir elementos de uso personal (vasos, cubiertos, mate, etc.).

#### **4.1.3. HIGIENE Y DESINFECCIÓN DEL AMBIENTE Y LOS TRABAJADORES**

- Se recomienda mantener una ventilación permanente en todos los espacios abiertos al público. Se sugiere que las puertas de acceso a los espacios colectivos se mantengan abiertas para favorecer la ventilación. La ventilación se renovará por medio de extracción mecánica y/o ventilación natural.
- Se recomienda limpiar todas las superficies de contacto con agua y detergente, y desinfectar las mismas con solución con lavandina al 10% (10 ml de lavandina de uso doméstico en 1 litro de agua) o alcohol al 70%. Puede utilizarse un envase con pulverizador.
- Los lugares de trabajo, espacios de atención al público y cualquier superficie de uso compartido deben mantenerse en condiciones de higiene y desinfección. Se sugiere reforzar las medidas de higiene de los lugares de trabajo incrementando la limpieza de mostradores, pasamanos, escritorios, computadoras, teléfonos, pisos, manijas, picaportes, herramientas y equipos de trabajo, y toda otra superficie con la que el trabajador pueda entrar en contacto. La frecuencia estará establecida en función del tránsito y cantidad de personas que circulen en dichos espacios.
- Los trabajadores deberán contar con reposición de Elementos de Protección (EP y kit de desinfección húmeda (consistente en la limpieza con agua y detergente y luego desinfección con una solución de lavandina de uso comercial con agua – 10 ml de lavandina en 1 litro de agua) para el lugar de trabajo.
- Se recomienda que la ropa que los empleados utilicen para trabajar no sea la misma que utilicen para trasladarse al y desde el lugar de trabajo. Dicha vestimenta utilizada durante el desarrollo de la jornada laboral debe ser lavada con detergentes habituales para ello. En caso de no ser esto posible se recomienda que sea desinfectada muy cuidadosamente rociándola

abundantemente y en toda su superficie con una solución de alcohol /agua 70/30% y dejarla secar en forma natural hasta su nueva utilización.

- Se sugiere realizar la limpieza del sector antes de comenzar y después de finalizar la jornada de trabajo.
- El personal de limpieza deberá contar con todos los elementos de seguridad necesarios para controlar y minimizar la exposición (respiratoria y de manos).
- En el caso de tareas de limpieza y desinfección, se recomienda seguir las medidas de seguridad e higiene.
- Asegurar la provisión de agua potable en cantidades suficientes para garantizar la higiene y desinfección tanto del trabajador como del ambiente de trabajo.
- Para reducir eficazmente el desarrollo de microorganismos en las manos, el lavado de manos debe durar al menos 40–60 segundos. El lavado de manos con agua y jabón debe realizarse siguiendo los pasos indicados en la siguiente ilustración:



- En caso de no tener acceso a agua y jabón: Higiene de manos con soluciones a base de alcohol (por ejemplo, alcohol en gel). Es importante hacerlo frecuentemente, sobre todo:
  - antes y después de manipular basura o desperdicios;
  - antes y después de comer, manipular alimentos y/o amamantar;
  - luego de haber tocado superficies de uso público: mostradores, pasamanos, picaportes, barandas, etc.;

- después de manipular dinero, llaves, animales, etc.;
- después de ir al baño o de cambiar pañales.

#### **4.1.4. ELEMENTOS DE PROTECCIÓN (EP)**

Los EP serán seleccionados de acuerdo a la actividad y tarea a desarrollar por el trabajador. No obstante, el equipamiento debe constar de un cubrebocas/protectores faciales para el caso de todos los trabajadores.

Se entiende por protectores faciales cualquier elemento, no barbijo, y de cualquier material que mantenga protegida y cubierta la zona de nariz-boca-mentón sin que quede espacio entre el protector y la cara y permita disminuir considerablemente la propagación de gérmenes y virus.

**Los trabajadores/as cuya actividad comprenda la atención o contacto con otras personas deberán utilizar protectores faciales de manera obligatoria.**

Los elementos básicos de protección serán provistos por el empleador. Al respecto, se debe tener en cuenta que:

- Son de uso personal, por lo que no se deben compartir.
- Los elementos básicos de protección contra el coronavirus deben ser preferentemente descartables. El trabajador debe ser capacitado específicamente sobre su correcto uso.
- El uso de guantes está restringido al personal de limpieza y aquellos que ya lo usaban previo a la pandemia, por protección relacionada con la tarea.

#### **4.1.5. TRATAMIENTO Y DISPOSICIÓN DE RESIDUOS**

Mantener la limpieza de los depósitos de residuos con el kit de desinfección húmeda (consistente en limpieza con agua y detergente y luego desinfección con una solución de lavandina de uso comercial con agua – 10 ml de lavandina en 1 litro de agua).

#### **4.1.6. LIMPIEZA DE AMBIENTES DE TRABAJO Y DESINFECCIÓN DE OBJETOS**

Se recomienda contar con esquemas intensificados de limpieza y desinfección de todas las superficies dentro del establecimiento en función del tránsito y cantidad de personas. El personal de limpieza deberá contar con todos los elementos de seguridad necesarios para controlar y minimizar la exposición. Se sugiere que las máquinas y los

elementos que se utilizan en cada actividad (colchonetas, pesas, mancuernas, barras, etc), sean higienizados luego de su uso.

No olvidar que las personas que realicen estas tareas deberán contar con todos los EP (cubreboca y máscara facial, guantes impermeables y calzado cerrado) a fin de evitar el contacto de la piel y de las mucosas con los detergentes y lavandinas utilizados durante las tareas de limpieza y desinfección con el objeto de prevenir enfermedades profesionales (irritación de conjuntivas, dermatitis de contacto por sensibilización e irritativas, lesiones eczematiformes, entre otras).

Como medida de protección colectiva se recomienda utilizar la “técnica de doble balde - doble trapo”. Es una técnica muy sencilla y se necesita contar con agua corriente, detergente, lavandina de uso comercial, dos baldes y dos trapos. Consiste en dos fases:

**1° fase: *Proceso de limpieza:***

1. Iniciar la limpieza con soluciones jabonosas con agua y detergente de uso común.
2. En el balde N° 1 agregar agua y detergente.
3. Sumergir el trapo N° 1 en balde N° 1, escurrir y friccionar las superficies a limpiar (mostradores, pasamanos, picaportes, barandas, instrumental de trabajo etc.). Siempre desde la zona más limpia a la más sucia.
4. Repetir el paso anterior hasta que quede visiblemente limpia.
5. Enjuagar el detergente sobrante con el trapo N° 2 sumergido en el balde N° 2 con agua.

**2° fase: *Proceso de desinfección:***

1. En un recipiente colocar 10 ml de lavandina de uso doméstico en un litro de agua.
2. Pulverizar la solución sobre los objetos y herramientas o con un paño húmedo friccionar las superficies a desinfectar.
3. Dejar secar las superficies.

**4.1.7. LIMPIEZA DE SUPERFICIES QUE PUEDAN HABER ESTADO EN CONTACTO CON INDIVIDUOS CONFIRMADOS COVID**

Se tendrá en cuenta que los detergentes eliminan la suciedad y la materia orgánica disolviendo el polvo, aceites o grasa, para luego facilitar su eliminación con el enjuague, por lo cual es importante lavar con detergente, luego enjuagar con agua limpia y desinfectar con hipoclorito de sodio al 10 % según sea el caso (método del

doble balde/doble trapo), o realizar la higiene utilizando amonios cuaternarios a partir de la quinta generación o monopersulfato de potasio (MPP, método de limpieza y desinfección simultánea en un solo paso). Los amonios cuaternarios de quinta generación son limpiadores de superficies usados preferentemente porque tienen bajo nivel de corrosión sobre las superficies inanimadas, amplio espectro para la actividad microbiana y fácil de usar.

Respecto de las pautas de limpieza, se recomienda:

- el uso de detergentes de óptima calidad;
- la fricción para remover la suciedad y los microorganismos;
- que aquella preceda al proceso de desinfección;
- que sea realizada de modo tal que prevenga la dispersión de polvo o suciedad.

Asimismo, se deben evitar actividades que favorezcan el levantamiento de partículas en suspensión.

## **4.2. MEDIDAS DE HIGIENE PARA LA REALIZACIÓN DE LA ACTIVIDAD, RESPECTO DEL PÚBLICO EN GENERAL (USUARIOS, CONCURRENTES Y TODA PERSONA AJENA AL ESTABLECIMIENTO)**

### ***4.2.1. USO OBLIGATORIO DE ELEMENTOS DE PROTECCIÓN QUE CUBRAN NARIZ, BOCA Y MENTÓN.***

En virtud de la Resolución de Firma Conjunta N° 15/MJGGC/GCABA/20 y su modificatoria N° 17/MJGGC/20 son de uso obligatorio los elementos de protección que cubran nariz, boca y mentón para ingresar o permanecer en locales comerciales, en dependencias de atención al público, para circular en transporte público o transporte privado cuando haya dos o más personas y para circular y permanecer en el espacio público.

Se exceptúa de dicha obligación a las personas que por razones de salud no puedan portar el tapabocas. En esta circunstancia deberá respetarse la distancia interpersonal mínima de 2 m.

### **4.2.2. ACCESO AL ESTABLECIMIENTO**

- Al ingreso se sugiere interrogar a los usuarios/concurrentes acerca de la presencia de síntomas.
- Se debe poner a disposición del público, alcohol en gel o sanitizante en accesos a los establecimientos.

- Se recomienda que el establecimiento organice y planifique la concurrencia de los usuarios, profesores y trabajadores a fin de posibilitar una correcta circulación dentro de la institución.
- Se sugiere que no permanezcan dentro del establecimiento personas en situación de “espera”; en caso de que surgiera la necesidad de aguardar, se sugiere que el usuario permanezca fuera del establecimiento hasta encontrarse en condiciones de ser atendido.
- Se recomienda concurrir munido solamente de lo imprescindible para el desarrollo de la actividad a realizar.
- Se sugiere que mochilas y otras pertenencias queden en un sector específico del establecimiento, ingresando solo al área para ejercitarse con lo indispensable.

#### **4.2.3. EN EL INTERIOR DEL ESTABLECIMIENTO**

- Se sugiere colocar cartelería visible en el establecimiento, con información actualizada sobre métodos de prevención para el COVID- 19.
- Se recomienda delimitar la forma de circulación en áreas de acceso y egreso de las instalaciones para facilitar la circulación.
- Asimismo, el establecimiento deberá establecer en qué zonas se realizará la actividad, teniendo en cuenta los requerimientos de ventilación necesarios.
- Siempre que sea posible se aislará al trabajador de las personas externas al establecimiento. Asimismo, de ser posible, se colocarán mamparas o pantallas para separar al/los trabajador/es del público en general.
- Disponer contenedores de residuos en el interior del establecimiento.
- Se sugiere evitar la estancia de los usuarios en áreas de circulación, accesos y egresos, y todo otro lugar que no esté específicamente destinado para el desarrollo de la actividad.

#### **4.2.4. PAUTAS GENERALES PARA SU DESARROLLO**

- Antes de iniciar la práctica se sugiere que los usuarios y profesores se laven las manos con agua y jabón o desinfecten las manos con alcohol al 70 % o alcohol en gel.
- El uso de tapabocas será obligatorio durante todo momento de circulación, quedando exceptuado su uso solo en los momentos específicos en los que realiza la actividad física.
- Durante el desarrollo de la actividad se podrá optar por el uso de máscaras, exclusivamente para la actividad física de baja intensidad.



- Se sugiere mantener la distancia de 2 metros (entre usuarios y entre el profesor y usuarios).
- Se recomienda que los materiales no sean compartidos en ningún momento de la sesión de entrenamiento. De ser posible cada usuario contará con un pack de materiales (colchonetas, bandas elásticas, bicicletas, elementos de peso libre, etc.). Se recomienda realizar la higiene de los mismos antes y después de cada clase y será supervisada por los profesores.
- En el espacio donde se encuentre desarrollando la actividad se recomienda contar con KIT de limpieza y desinfección para los usuarios, el mismo tendrá alcohol al 70%, pulverizador y paños de papel para la limpieza de los materiales.

#### **4.2.4.1. ACTIVIDADES – CLASES**

- Se recomienda que las máquinas y elementos se limpien entre uso y uso.
- Se sugiere mantener en todo momento la distancia de 2 metros con otras personas.
- Utilizar botella personal para hidratarse.
- Retirarse una vez finalizada la actividad.

#### **4.2.5. SANITARIOS**

- Tras su uso deberán ser ventilados, limpiados y desinfectados.
- En los baños se deberá disponer de todos los elementos para un adecuado lavado de manos.
- Se deben reforzar las condiciones de higiene de los sanitarios y aumentar la frecuencia de higiene y desinfección de los mismos.
- Se recomienda reforzar la desinfección de picaportes, pasamanos, griferías, pulsadores o tiradores de inodoros y todo elemento de uso y contacto frecuente con lavandina al 10%.
- Se sugiere minimizar la cantidad de personas que utilicen estas instalaciones en forma simultánea.

#### **4.2.6. VESTUARIOS**

- El aforo en el vestuario será del 50% de la capacidad habilitada en aquellos establecimientos con ventilación natural cruzada o con sistema de renovación de aire. Se deberá establecer en el ingreso de cada vestuario, el aforo máximo permitido.

- Se podrán utilizar las duchas.
- Se establece una permanencia máxima de 15 minutos, a efectos de garantizar intervalos para que se elimine el vapor y se limpie.
- Se sugiere realizar limpieza y desinfección de las superficies comunes en forma permanente.
- Se recomienda colocar a disposición del público, dispenser de alcohol al 70% o sanitizante en cada posición de cambiado.

#### **5.2.7. SERVICIO BUFFET**

Los locales gastronómicos deberán adecuar su funcionamiento a lo establecido en los protocolos aprobados para el desarrollo de su actividad. En particular el PROTOCOLO PARA EL FUNCIONAMIENTO DE LOCALES GASTRONÓMICOS PARA PREVENCIÓN Y MANEJO DE CASOS DE COVID-19, o el que en un futuro lo reemplace, entre otros.

#### **5.2.8. COBRO- MEDIOS DE PAGO**

Se recomienda el uso de medios de pago electrónicos. En caso de que el pago se realice a través de tarjetas de crédito o débito, se deberán desinfectar tanto las tarjetas como el posnet utilizado con solución de agua y alcohol.

En la medida de lo posible, se recomienda usar mamparas o pantallas en las cajas de cobro que aseguren la protección de trabajador/cliente.

### **6. ACCIONES GENERALES DE PREVENCIÓN PARA TRABAJADORES**

- Realizar difusión masiva de información del COVID-19 a todos los trabajadores e incentivar la consulta temprana ante la presencia de síntomas compatibles con sospecha de infección por Covid-19.
- Brindar conocimiento a los trabajadores sobre las principales medidas de prevención frente al COVID-19.
- Capacitar al personal de las distintas áreas de trabajo.
- Solicitar la colaboración a todo el personal así como a proveedores a los efectos de que puedan manifestar sus síntomas, si los poseen.

### **7. ACCIONES ESPECÍFICAS**

#### **7.1. ACCIONES ESPECÍFICAS ANTE LA SOSPECHA DE CASO**

En principio, ante un caso sospechoso, el empleador debe adecuarse a los lineamientos y pautas generales establecidas en los protocolos COVID-19, en

particular, al “PROTOCOLO DE MANEJO FRENTE A CASOS SOSPECHOSOS Y CONFIRMADOS DE COVID-19” aprobado por Resol-2020-842-GCABA-MSGC y modificatorias, y demás documentos sanitarios publicados en el siguiente link de acceso web:

<https://www.buenosaires.gob.ar/coronavirus/protocolos-coronavirus-covid-19>.

## **7.2. ACCIONES ESPECÍFICAS ANTE CASO CONFIRMADO DE COVID-19**

Confirmado el diagnóstico por la autoridad sanitaria se procederá a tramitar la licencia del trabajador por enfermedad.

La actuación general deberá adecuarse a los lineamientos y pautas generales establecidas en los protocolos COVID19, en particular, al “PROTOCOLO DE MANEJO FRENTE A CASOS SOSPECHOSOS Y CONFIRMADOS DE COVID-19”, aprobado por Resol-2020-842-GCABA-MSGC y modificatorias, y demás documentos sanitarios publicados en el siguiente link de acceso web:

<https://www.buenosaires.gob.ar/coronavirus/protocolos-coronavirus-covid-19>”.

## **7.3. ACCIONES ESPECÍFICAS ANTE CASOS DE CONTACTO ESTRECHO**

La actuación general deberá adecuarse a los lineamientos y pautas generales establecidas en los protocolos COVID19, en particular

<https://www.buenosaires.gob.ar/coronavirus/equipos-salud/protocolos-coronavirus-covid-19/protocolo-de-manejo-contacos-estrechos-de-caso>

Si se identificara que un empleado cumple con criterio de contacto estrecho, deberá cumplir aislamiento domiciliario hasta que se descarte diagnóstico (test negativo en el caso sospechoso) o por un periodo de 14 días, si se confirmara el caso.

El equipo de seguimiento de contactos estrechos del Ministerio de Salud de la CABA se pondrá en contacto con la persona.

## **7.4. ACCIONES ESPECÍFICAS DESDE UNA PERSPECTIVA DE GÉNERO**

Los establecimientos se comprometen, en la medida que les sea posible y la actividad se lo permita, a promover que las decisiones que se tomen favorezcan el ejercicio de los derechos de los varones y mujeres de manera igualitaria.

Asimismo, deberán evitar reproducir estereotipos de género en su accionar, sobre todo en lo que refiere a las necesidades de cuidado de los hogares de los/as trabajadores/as, reconociendo sus necesidades particulares.

## **7.5. ACCIONES ESPECÍFICAS DESDE UNA PERSPECTIVA DE IGUALDAD DE OPORTUNIDADES PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD**

Los establecimientos se comprometen a promover que las decisiones que tomen cumplan con lo establecido por la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (Ley N° 26.378). En virtud de ello, es importante recordar que las personas con discapacidad pueden requerir diversos apoyos y ajustes razonables para la realización de distintas actividades en igualdad de oportunidades.

En el caso de que una persona con discapacidad requiere asistencia, se deberá contemplar y flexibilizar las medidas adoptadas, en la medida de lo posible y siempre que la actividad lo permita para garantizar su plena participación. Siempre es recomendable consultarle cuándo y cómo se debe brindar el apoyo. Ante cualquier duda comuníquese con COPIDIS al 5050-9740 - interno 1425 o por correo al [copidisinformes@buenosaires.gob.ar](mailto:copidisinformes@buenosaires.gob.ar).



GOBIERNO DE LA CIUDAD DE BUENOS AIRES  
"2021 - Año del Bicentenario de la Universidad de Buenos Aires"

**Hoja Adicional de Firmas**  
**Informe gráfico**

**Número:**

Buenos Aires,

**Referencia:** PROTOCOLO PARA EL FUNCIONAMIENTO DE GIMNASIOS PARA PREVENCIÓN Y  
MANEJO DE CASOS DE COVID-19

---

El documento fue importado por el sistema GEDO con un total de 12 pagina/s.