

PROTOCOLO COVID-19 PARA GIMNASIOS

CONTAGIÁ
RESPONSABILIDAD

SI
SAN ISIDRO
MUNICIPIO

En esta primera instancia, se establece que los gimnasios que brinden el servicio de preparación física individual bajo la supervisión y/o acompañamiento de instructores y profesores, en establecimientos que posean ventilación natural cruzada podrán retomar sus actividades bajo estrictos condicionamientos con el objeto de prevenir y gestionar de manera adecuada los riesgos generales de COVID-19.

Objetivo

El objetivo del “**Protocolo de Higiene y Seguridad COVID-19 para los gimnasios en San Isidro**”, es definir las medidas adecuadas para proteger la vida y la integridad de las personas, así como la seguridad sanitaria de la comunidad del partido de San Isidro ante la pandemia de Coronavirus COVID-19.

Este protocolo tiene como único fin:

- Difundir las medidas preventivas en materia de Higiene, Salud y Seguridad.
- Proteger de la salud y seguridad de los vecinos del partido de San Isidro.
- Minimizar los efectos derivados de esta situación y garantizar las medidas de seguridad acordes a esta vuelta a esta nueva normalidad.

Alcance

El presente protocolo es aplicable a los gimnasios habilitados dentro del Municipio de San Isidro, que garanticen ventilación natural cruzada dentro de sus establecimientos.

Responsabilidad

Los titulares de estos establecimientos serán responsables del cumplimiento de los lineamientos indicados en el presente Protocolo Sanitario de Higiene y Seguridad, Emergencia sanitaria COVID-19.

Si bien, este documento considera todas las medidas de prevención y seguridad a fin de evitar la propagación del virus garantizando que el reinicio de la actividad no signifique un peligro para la salud de los vecinos y/o los trabajadores del establecimiento, se apela al compromiso y

responsabilidad individual por parte de cada uno de los vecinos en un camino hacia esta nueva normalidad.

Funcionamiento

- **Los gimnasios a autorizar deben poseer habilitación municipal, y deberán contar con ventilación natural** no forzada que permita la renovación de aire.

La ventilación contribuirá a mantener permanentemente en todo el establecimiento las condiciones ambientales y en especial a renovar el aire y la concentración adecuada de oxígeno, de esta forma asegurará la protección a la salud de los deportistas y de toda persona que se encuentre en el establecimiento.

- Los gimnasios **podrán funcionar de lunes a viernes en el horario de 07 a 22 horas** y los días **sábados y feriados de 08 a 21 horas**, asimismo, se indica que **no podrán desarrollar actividades los días domingos debiendo permanecer cerrados**.

- Cada uno de los gimnasios deberá presentar ante la Subsecretaría de Inspección General un croquis/ lay-out con los posibles espacios y/o sectores operativos para la realización de la preparación física individual, evitando las aglomeraciones y el cruzamiento de deportistas, garantizando la independencia de caminos de circulación. Para ello, deberá:

1. Completar el formulario web en www.sanisidro.gov.ar.

Además, deberá adjuntar:

- a) Croquis en escala 1:100, con los m² para el desarrollo de la actividad, estos espacios deben cumplir con el requerimiento de poseer ventilación natural no forzada.
- b) Proyecto donde se vea reflejado el diagrama de funcionamiento y los espacios a utilizar.
- c) Protocolo de Higiene y Seguridad propio del gimnasio.
- d) Nómina de personal (repcionistas, profesores, instructores, etc.).
- e) Cronograma que detalle el horario de trabajo, turnos y los

bloques entre turnos para la desinfección de los establecimientos.

2. Una vez realizada la presentación, se coordinará una inspección técnica para realizar un análisis de la documentación presentada a fin de determinar los espacios a autorizar.

Se verificará que se respeten “los lineamientos específicos para la actividad” y que los acondicionamientos indicados en este protocolo se efectuado.

3. Luego personal técnico de la Subsecretaría de Inspección General, determinará la capacidad máxima en cada uno de los establecimientos en base a los proyectos de reapertura que presenten y el nuevo factor de ocupación que se utilizará en esta nueva normalidad.

Se informa que el factor de ocupación a utilizar será el siguiente:

- **Gimnasios con espacios abiertos al aire libre: 1 persona cada 10 m².**

Los gimnasios no podrán generar ruidos molestos al entorno (por lo cual queda prohibido el uso de altoparlantes, megáfonos y cualquier otra fuente emisora de sonidos), ni podrán utilizar los módulos de estacionamiento para la actividad.

- **Gimnasios con espacios cerrados con ventilación natural: 1 persona cada 25 m².**

Estos establecimientos no podrán prestar servicio a más de 10 personas por turno, por más que la superficie destinada a la actividad lo permitiese.

- Los titulares y/o responsables de los gimnasios deberán ingresar a la página municipal (<https://www.sanisidro.gov.ar/>) y completar la declaración jurada en “**Habilitación de comercios en cuarentena**” – opción **Gimnasios**, debiendo cargar los turnos otorgados diariamente.
- Los establecimientos deberán informar a los deportistas que se

retomarán las actividades en los gimnasios bajo el enfoque **“Entrar- Entrenar- Salir”**, basándose en la **“Responsabilidad Individual”** por parte de cada una de las personas que concurran al establecimiento.

- Cada uno de **los deportistas deberá contar con un certificado médico** que autorice el reinicio de las actividades para la preparación física individual.

Antes del retorno efectivo a la preparación física, **los deportistas deberán ser evaluados por un profesional médico**, quien luego de examinar y realizar los estudios complementarios que estime pertinentes, como mínimo un análisis general sobre el estado de salud de la persona, emitirá la correspondiente aptitud médica, con sello aclaratorio y un medio de contacto del profesional que el documento médico emitiese.

Es por ello, que el acondicionamiento físico debe ser realizado en forma paulatina y supervisado por un profesional idóneo. El retorno a la actividad debe garantizar la correcta progresión y carga de trabajo con el fin de evitar lesiones.

- **No se permitirán las actividades, prácticas y/o entrenamientos de contacto.**
- No se deberá permitir el ingreso a estos establecimientos de cualquier persona que no se encuentre vinculada a la realización de las actividades deportivas.
- No podrán ingresar a los establecimientos ni realizar prácticas deportivas aquellas personas que se encuentren en aislamiento domiciliario por ser positivos ó encontrarse en aislamiento domiciliario por contacto estrecho ó presentar síntomas compatibles de COVID-19

De igual manera, **no podrán concurrir aquellas personas que se encuentren dentro de los grupos de riesgo con licencia laboral**, en conformidad con la Resolución N° 207/2020 y/o las que la modifiquen y/o reemplacen. **A excepción de aquellas personas que sean consideradas “personal esencial” y se encuentren laboralmente activos.**

- Los establecimientos deberán generar constancias escritas donde

conste la entrega y conocimiento por parte de los deportistas respecto a:

- Protocolo de higiene y seguridad de su establecimiento, deberá contener de un procedimiento de acción ante un caso sospechoso de COVID-19.
- Protocolo Sanitario de Higiene y Seguridad, emergencia sanitaria COVID-19 para la preparación física individual en gimnasios dentro del partido de San Isidro.

El protocolo propio para su establecimiento deberá considerar las posibilidades de exposición y las medidas precautorias estándar para evitar la propagación y un procedimiento de actuación ante algún caso sospechoso y/o positivo de COVID-19.

Dicho documento deberá ser actualizado constantemente ante eventuales cambios que vayan surgiendo en los protocolos de seguridad de la actividad contribuyendo al cuidado de la salud, y brindando un bienestar psicológico generando tranquilidad.

- A cada uno de los deportistas se le deberá asignar un cronograma de rutinas, garantizando que en ningún momento se hará uso continuo de los elementos de entrenamiento.
- Se deberá **delimitar las áreas de circulación diferenciando las áreas de acceso y egreso a las instalaciones** para facilitar el distanciamiento social y evitar la circulación cruzada.
- En todo momento **se deberá garantizar el cumplimiento de las normas de seguridad e higiene:**
 - Lavado de manos con agua y jabón.
 - Limpieza y desinfección en seco con alcohol en gel o solución hidroalcohólica.
 - Distanciamiento de seguridad deportiva 5 metros entre personas.
 - Ventilación natural.
 - Uso obligatorio de tapabocas (cubre boca, nariz y mentón).
- Si bien existen distintos productos y/o mecanismos para la

desinfección, el uso de “cabinas sanitizantes o túneles de desinfección” no se encuentran autorizados por la ANMAT, puesto que no han mostrado efectividad en la desinfección o la reducción de los contagios. Por lo cual, **esta Subsecretaría desaconseja el uso y/o aplicación de estos dispositivos de rociado de sustancias químicas sobre el cuerpo humano.**

- Los establecimientos deberán proveer a toda persona que ingrese, en cantidades suficientes:
 - Agua potable y jabón para la higienización de manos.
 - Alcohol en gel y/o soluciones hidroalcohólicas para la limpieza en seco de manos
- **Queda terminantemente prohibido el uso de espacios comunes y puntos de encuentro en el interior del establecimiento**, así como también el desarrollo de otras actividades (cafetería, buffets, restaurantes, venta y/o alquiler de equipamiento, etc.) que implique la concurrencia de personas ajenas a las prácticas deportivas y/o la permanencia de personas dentro de los establecimientos.

Ventilación

- **Los gimnasios deberán contar con ventilación natural cruzada.** La ventilación contribuirá a mantener permanentemente en todo el establecimiento las condiciones ambientales, y en especial, a renovar el aire y mantener la concentración adecuada de oxígeno.

En caso de pretender utilizar algún equipamiento deberá asegurar la protección a la salud de toda persona que se encuentre dentro del establecimiento.

Aires acondicionados: Podrán sumarse aires acondicionados para la ventilación, **no refrigeración o calefacción**, debiendo configurarlo para que utilice el 100% de aire exterior.

Asimismo, deberá asegurarse la periódica y efectiva limpieza y recambio de los filtros. Se deberá garantizar, también, la desinfección de interior de ductos y toberas con la mayor frecuencia posible.

Ventiladores: Podrán hacer uso de los ventiladores de techo, estos mejoran la circulación del aire del exterior y evitan el

estancamiento de bolsas de aire en los espacios ocupados.

Sanitarios y vestuarios

- **No se deberá hacer uso de los vestuarios, duchas y/o de cualquier otro espacio cerrado, con excepción de los baños públicos.**
- Se deberá permitir que ingrese una persona cada 8 m², por lo cual deberá colocarse un cartel de capacidad máxima admisible en el sector de ingreso a los sanitarios.
- Los baños solo deberán estar disponibles para el uso sanitario específico, tras su uso deberán ser ventilados y se debe realizar la correcta limpieza y desinfección entre persona y persona.

Se deberá anular el uso de los secadores de mano y las papeleras deberán tener una apertura a pie o sin tapa.

Asimismo, se indicará que al ingreso deben hacer uso de alcohol en gel para higienizar las manos y deben evitar los picaportes en puertas.

- Los baños deberán contar con cantidades suficientes agua potable y jabón para la higienización de manos, al igual que alcohol en gel y/o soluciones hidroalcohólicas y toallas de papel desechables para el secado de manos.
- En los accesos a los sanitarios deberá colocarse una alfombra, felpudo o trapo de piso embebido en solución desinfectante (lavandina u otras), solicitando a cada persona que ingrese que deberá limpiar la suela del calzado.

Transporte del personal

- El empleador y/o responsables de cada uno de los establecimientos deberá garantizar que el personal afectado a la actividad se traslade a estos espacios de trabajo por medio de transportes privados y/o contratados evitando el uso del transporte público.

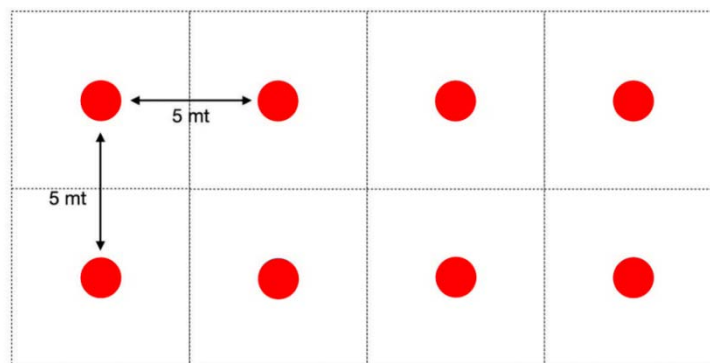
Consideraciones respecto al cronograma de turnos

- Los turnos para la preparación física individual deberán considerar el tiempo necesario para:

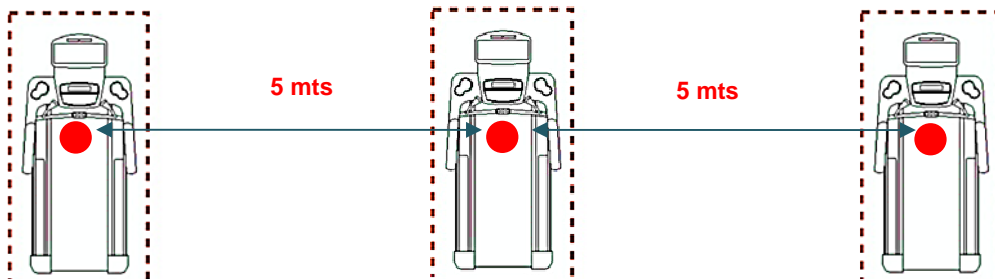
- El ingreso y egreso de las instalaciones, sin generar aglomeración de personas
- El tiempo asignado para la realización de las actividades.
- El tiempo suficiente para garantizar la aplicación de los procedimientos de limpieza y desinfección de los elementos deportivos y de las áreas de trabajo, antes durante y después de la práctica deportiva. Se deberán respetar pausas por actividad.
- **Disponer de bloques de 15 a 30 minutos entre cada turno de trabajo para la correcta desinfección y ventilación de los ambientes.**
- Disponer de una agenda horaria para el uso de las instalaciones, respetando el distanciamiento deportivo y la superficie del lugar.
- **Se establecerá un horario de exclusividad para la actividad en mayores de 60 años**, rigiendo el mismo formato que anteriormente se detalló.

Lineamientos específicos: Zona segura de entrenamiento

- Se deberá demarcar en el piso la zona segura de trabajo. Cada deportista dispondrá de un **área de trabajo de 25 m²**. De igual manera, la distancia mínima de seguridad que **debe mantener cada uno de los deportistas debe ser mayor o igual a los 5 metros lineales**.



- Los equipamientos y mobiliarios que cada individuo utilice, deberán respetar la demarcación previa de zona segura.



Preparación de las zonas seguras de preparación física

- Todo el equipo del establecimiento deberá ser desinfectado antes de su uso, prestando especial atención en las superficies
- Si bien, la sanitización de superficies es recomendable realizarla con un rociador, podrá considerarse que por razones técnicas no resulte recomendable rociar los equipamientos electrónicos, por lo cual deberá utilizarse un paño húmedo con una solución sanitizante debiendo refregarse hasta el secado.
- Dicho procedimiento de sanitización deberá efectuarse antes y después de utilizar el espacio.
- Proveer en cada espacio de práctica deportiva dispensadores de alcohol en gel, sanitizantes varios, solución hidroalcohólica, toallas de papel e insumos de higiene en cantidades suficientes al alcance de las personas.
- Se deberán retirar objetos y/o cualquier elemento ajeno a la actividad, no permitiendo el contacto directo a ninguno de estos elementos.
- Se deberá dar cumplimiento a los Requerimientos de Seguridad e Higiene para la Práctica Deportiva para la actividad de estos establecimientos.
- Organizar la utilización de herramientas por el equipo de trabajo tratando de evitar su intercambio. De no ser posible, minimizar el uso y obligar a la correcta desinfección de cada una de ellas.
- Orientar a que el individuo privilegie el uso de accesorios deportivos personales o en su defecto indicar su correcta desinfección del

material antes y después del uso.

- El personal que desempeñe las tareas de limpieza deberá contar con todos los elementos de protección personal necesarios para desarrollar la actividad y minimizar la exposición a potenciales superficies contaminadas: protección ocular, barbijo, guantes, ropa de trabajo y calzado adecuado.

Ingreso al establecimiento

- Toda persona que pretenda ingresar al establecimiento deberá completar una declaración jurada informando que no posee síntomas de COVID-19 ni ser contacto estrecho de un caso confirmado en los últimos 14 días.

Nombre y Apellido: _____ DNI: _____
Dirección: _____ Localidad: _____
Teléfono de contacto: _____ e-mail: _____

Marcar según corresponda SI/NO:

1	¿Se encuentra dentro del grupo de riesgo?				SI	NO			
2	¿Usted o algún miembro de su familia ha regresado en los últimos 14 días de algún país del exterior?				SI	NO			
3	¿Se encuentra cursando al aislamiento domiciliario por diagnóstico de COVID-19?				SI	NO			
4	¿Se encuentra cursando al aislamiento domiciliario por contacto estrecho de COVID-19?				SI	NO			
5	¿Usted actualmente posee alguno de los siguientes síntomas? Indique cual/es:								
	Fiebre (>37,5°C)	SI	NO	Dificultad para respirar	SI	NO	Vómitos	SI	NO
	Tos	SI	NO	Pérdida del gusto	SI	NO	Diarrea	SI	NO
	Dolor de garganta	SI	NO	Pérdida del olfato	SI	NO	Cefalea	SI	NO

Firma: _____

- Esto se debe solicitar tanto a los usuarios como al personal de trabajo (profesores, instructores, entrenadores, etc.).
- Aquellas personas que presenten alguno de los síntomas compatibles con COVID-19, no podrán concurrir a estos establecimientos, debiendo comunicarse de forma inmediata con la autoridad sanitaria de su jurisdicción.
- Se prestará especial atención a los casos febriles, los síntomas de origen respiratorio, anosmia, disgeusia, dolor de garganta y cualquier otro síntoma que haga sospechar la relación con Covid-19.
- Se deberá **controlar la temperatura corporal con un termómetro tipo infrarrojo digital sin contacto**, a todas las personas que pretendan ingresar al establecimiento, **en ningún momento la temperatura corporal podrá superar los 37,5°C.**

En caso de que se registre una temperatura igual o superior a 37,5 °C, se deberá impedir el acceso y se activará el protocolo previsto para casos sospechosos. Es por ello que, se deberá contar con un botiquín de primeros auxilios que contenga un kit de seguridad (barbijo, protección ocular y guantes de látex descartables) para actuación ante casos sospechosos de COVID-19.

- Toda persona que ingrese y/o permanezca dentro del establecimiento **deberá usar obligatoriamente el tapabocas** (cubre boca, nariz y mentón).
- Se deberá **delimitar las áreas de circulación diferenciando las áreas de acceso y egreso a las instalaciones para facilitar el distanciamiento social** y evitar la circulación cruzada.
- **En el acceso al establecimiento se deberá colocar una alfombra, felpudo o trapo de piso embebido en solución desinfectante** (lavandina u otras), solicitando a cada persona que ingrese que deberá limpiar la suela del calzado.
- Al ingresar y previo al uso de las instalaciones, **las personas deberán obligatoriamente higienizarse las manos con agua y jabón y/o alcohol en gel o solución hidroalcohólica para la limpieza en seco de las manos.**

Los establecimientos deberán proveer a toda persona que ingrese, en cantidades suficientes: agua potable y jabón para la higienización de manos y/o alcohol en gel y/o soluciones hidroalcohólicas para la limpieza en seco de manos.

Dentro del establecimiento

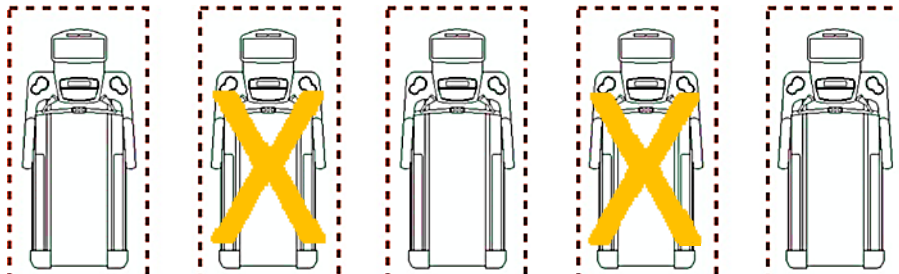
- **Los deportistas deberán hacer uso del tapaboca de manera obligada hasta el momento de inicio de la actividad. Finalizada la misma deberá colocárselo nuevamente y completar las medidas de higiene personal antes mencionadas.**

Todos aquellos individuos que no estén realizando actividad física deben hacer uso obligatorio de su tapaboca dentro de la institución.

El tapabocas deberá lavarse diariamente con agua y jabón.

- Se deberá mantener un distanciamiento de seguridad no menor a los 2 metros entre personas en todo momento.

- Se deberán distribuir dentro del establecimiento y desinfectante para manos (dispensadores de alcohol en gel, rociador con alcohol al 70%, alcohol en aerosol, etc.) e insumos de higiene en cantidades suficientes al alcance de las personas.
- En cada zona de trabajo que implique la utilización de aparatología tipo cinta para correr, elíptico, bicicleta, etc., se deberá colocar un desinfectante para manos (dispensadores de alcohol en gel, rociador con alcohol al 70%, alcohol en aerosol, etc.).
- En el caso de que el mobiliario (ej. cintas para correr, bicicletas, etc.) entorpezca y no respete el distanciamiento de seguridad, se deberá anular dicho mobiliario de preparación física garantizando los 5 metros lineales.



- Siguiendo la premisa de que el individuo solo ingrese al establecimiento para la realización de su actividad, el uso de mobiliario para el aseo personal (vestuarios) no está permitido. Solo se permitirá el ingreso para la utilización del baño, el cual debe ser desinfectado ante cada uso.
- Se deberá implementar una circulación con señalización (en piso o paredes) para evitar el cruce de personas.
- Se deberá colocar señalética oficial con las medidas de prevención, seguridad e higiene a respetar por cada uno de los usuarios.
- **Realizar la desinfección obligatoria de cada uno de los equipamientos utilizados por los usuarios, de forma previa y posterior a su uso (siguiendo las pautas establecidas de limpieza y desinfección).**
- Es importante que cada uno de los materiales no tomen contacto por pulverización del desinfectante pertinente, sino más bien puedan estar en contacto con un paño húmedo del mismo durante al menos un

minuto.

- Garantizar la limpieza y desinfección de materiales de mayor manipuleo por actividad: anillas, colchonetas, pelotas, mancuernas, bicicletas, etc. en forma frecuente.
- **Se deberá proveer en cada sector: dispensadores de alcohol en gel, rociadores con solución hidroalcohólica, alcohol en aerosol e insumos de higiene en cantidades suficientes** al alcance de las personas.
- Deberá colocarse cartelería oficial referente al uso obligatorio de barbijo/tapabocas, y de la importancia de mantener el distanciamiento social correspondiente.

Recomendaciones para deportistas

- Se deben respetar el ingreso conforme a los horarios asignados. Los deportistas deberán llegar al establecimiento con una mínima anticipación al horario asignado.
- Los deportistas respetarán dentro del establecimiento todas las normas especiales de convivencia, seguridad salud e higiene, relacionados con la prevención de esta pandemia.
- Los deportistas deberán limitarse a realizar las prácticas estrictamente deportivas.
- Aquellas personas que presenten alguno de los síntomas compatibles con COVID-19, no podrán concurrir a estos establecimientos, debiendo comunicarse de forma inmediata con la autoridad sanitaria de su jurisdicción.
- Dentro de las instalaciones no se permitirá la utilización de dispensadores de agua, es por ello, que cada uno de los usuarios deberá llevar una botella de agua de uso individual para su propia hidratación.
- Se deberá asistir a la institución con la menor cantidad posible de elementos personales. No se permitirá el ingreso al área de trabajo con llaves, celulares, etc.
- Las personas deberán desinfectar los equipos y elementos deportivos.

- Las personas deberán evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca en todo el transcurso de la jornada.
- Antes y después de su uso, los instrumentos y/o mobiliarios deberán ser desinfectados con un paño embebido de alcohol puro.
- Cada uno de los deportistas deberá movilizarse con un kit de higienización (alcohol en gel de uso individual, toallitas húmedas antibacterianas, etc.).

Además, deberá llevar consigo con su toalla personal para el aseo en secado de manos, sudor, etc. durante la preparación física individual.

- Los deportistas contarán con una silla y/o sitio seguro al lado de la zona segura que servirá como lugar de apoyo para que depositen transitoriamente bolsos/mochilas particulares con elementos personales (botellas de agua para hidratación, toallas de secado de rostro, kit particular de desinfección, etc.).
- No podrán apoyar fuera del bolso los elementos personales.

Distanciamiento social

- Se deberá mantener un distanciamiento de seguridad no menor a los 2 metros entre personas, respetar este distanciamiento cuando circule antes y después de la práctica deportiva.
- Los deportistas deberán evitar el contacto físico con otras personas, no dar la mano, abrazar o besar.

Distanciamiento deportivo

- En todo momento es fundamental asegurar el adecuado distanciamiento deportivo para la realización de todo deporte individual que puede reunir a otros deportistas en un espacio abierto.
- Las medidas adecuadas para un correcto distanciamiento deportivo son de:
 - **5 metros durante la práctica del deporte** (cuando la actividad deportiva hace que el individuo se encuentre hiperventilado).
 - **4 metros durante los momentos de recuperación y al finalizar la actividad hasta que se recupere el ritmo respiratorio habitual.**

- Al menos 2 metros en actividades sin desplazamiento y que no producen hiperventilación.
- Los profesores, instructores y/o trabajadores vinculados a la actividad y que se vinculen con deportistas durante la preparación física deben respetar en todo momento el distanciamiento deportivo de seguridad según lo establecido.

Medidas Generales de Prevención

1. **Distanciamiento social**, mantener el **distanciamiento de seguridad de 2 metros con respecto a otras personas** y/o grupos familiares, y en los establecimientos dentro de la práctica deportiva **respetar un distanciamiento deportivo no menor a los 5 metros**.
2. **Lavado de manos**, se deberá realizar higiene de manos frecuentemente. Se aconseja que el lavado de manos con abundante agua y jabón de forma periódica, y que sea de una duración de 40 segundos que incluya palmas, dorso de manos y muñecas.
3. **Constante higienización de manos** con alcohol en gel, solución hidroalcohólica y/o toallitas desinfectantes.
4. **Uso obligatorio de tapabocas** (deberá cubrir nariz, boca y mentón) – Dec. Municipal N° 614/2020.
5. **Limpiar y desinfecta los objetos que se usan con frecuencia** (lentes, anteojos de sol, teléfonos celulares, etc.)
6. **No generar contacto físico con otras personas** (saludos, abrazos, besos).
7. **Evitar compartir utensilios personales**, tazas, vasos, mate, etc. No compartir equipos de mates, hacer uso de equipos autocebantes individuales y personalizados.
8. **No generar reuniones grupales, evite la aglomeración de personas**.
9. **Mantenerse en ambientes ventilados**, preferentemente espacios abiertos al aire libre.

En aquellos casos, que se trate de espacios cerrados, los establecimientos deben contar con ventilación natural, requiera la

apertura inmediata de las todas las aberturas.

El uso del aire acondicionado, no se encuentra recomendado puesto que funciona recirculando el aire. En épocas de período invernal o de bajas temperaturas debe efectuarse la ventilación natural con regularidad para permitir el recambio de aire.

10. **Respetar los buenos hábitos de higiene personal**, mantener una adecuada higiene respiratoria, al toser o estornudar debe cubrirse la boca con el pliegue interno del codo, o con un pañuelo descartable.
11. **Evite tocarse los ojos, la nariz y boca** dado que estas son las vías de ingreso del virus al cuerpo.
12. **Evitar el contacto con personas que están cursando infecciones respiratorias.**
13. **Cumplir con las recomendaciones respecto a los residuos, disponerlos en los contenedores.**
14. **Las personas que presenten síntomas deberán limitarse a la circulación**, en ningún caso podrán circular aquellas personas que revisten la condición de caso sospechoso” ni la condición de caso confirmado de COVID-19.
15. **En caso de presentar síntomas, NO concurra a estos espacios, contáctate en forma inmediata con el sistema de salud** (Línea 148 en Provincia de Buenos Aires y quienes residan en el partido de San Isidro al 4512-3107 o 107) ante la presencia de fiebre o alguno de los síntomas de COVID-19.

Procedimiento de limpieza húmeda

- Limpiar las superficies y los objetos que se usan con frecuencia.
- Se recomienda la limpieza húmeda frecuente de objetos y superficies, utilizando rociador o toallitas con productos de limpieza tales como alcohol al 70%, lavandina, etc.
- Lavar y desinfectar manijas de puertas, teclados, botones, cajas registradoras, mostradores, heladeras, etc.
- El lavado de pisos y paredes se puede complementar con lavandina diluida.

Correcto procedimiento de limpieza húmeda

La forma sugerida es siempre la limpieza húmeda con trapeador o paño, en lugar de la limpieza seca (escobas, cepillos, etc.).

Un procedimiento sencillo es la técnica de doble balde y doble trapo:

- Preparar en un recipiente (balde 1) una solución con agua tibia y detergente de uso doméstico suficiente para producir espuma.
- Sumergir el trapo (trapo 1) en la solución preparada en balde 1, escurrir y friccionar las superficies a limpiar. Siempre desde la zona más limpia a la más sucia.
- Repetir el paso anterior hasta que quede visiblemente limpia.
- Enjuagar con un segundo trapo (trapo 2) sumergido en un segundo recipiente (balde 2) con agua limpia, escurrir y friccionar sobre las superficies, luego dejar secar.

TÉCNICA “DOBLE BALDE, DOBLE TRAPO”

Balde 1
y trapo 1



Balde 2
y trapo

Correcto procedimiento de desinfección de superficies

Una vez realizada la limpieza de superficies se procede a su desinfección. Con esta solución pueden desinfectarse las superficies que estén visiblemente limpias o luego de su limpieza.

Esta solución produce rápida inactivación de los virus y otros microorganismos.

- ▶ El proceso es sencillo y económico ya que requiere de elementos de uso corriente: agua, recipiente, trapeadores o paños, hipoclorito de sodio de uso doméstico (lavandina con concentración de 55 gr/litro):
- ▶ Colocar 10 ml de lavandina de uso doméstico en 1 litro de agua.
- ▶ Sumergir el trapeador o paño en la solución preparada, escurrir y friccionar las superficies a desinfectar.

- ▶ Dejar secar la superficie.
- ▶ El personal que realice la limpieza debe utilizar guantes adecuados para limpieza y desinfección.

Procedimiento de actuación ante casos de COVID-19

Los empleadores y/o responsables de los establecimientos y/o comercios, los prestadores de servicios públicos y/o de cualquier tipo, que se encuentren desarrollando actividades o prestando servicio en el marco de las excepciones a la medida del distanciamiento social, preventivo y obligatorio, **deberán proceder conforme al documento “Procedimiento de Actuación ante emergencia sanitaria COVID-19 para actividades dentro del partido de San Isidro”**, que contempla:

- *Actuación respecto a personas ajenas al establecimiento.*
- *Actuación ante síntomas compatibles con COVID-19.*
- *Actuación ante personal con “contacto estrecho” con personas que revistan condición de “caso sospechoso” o posean confirmación médica de haber contraído COVID-19.*

Con respecto a este último, se deberá dar aviso inmediato y formal a la Autoridad Sanitaria del Municipio de San Isidro.

TELÉFONOS DE EMERGENCIA MÉDICA

Autoridad sanitaria en el Municipio de San Isidro

107

4512-3107

SALUD PÚBLICA - EPIDEMIOLOGÍA

epidemiologia@sanisidro.gov.ar

Se deberá indicar MOTIVO/CASO junto con la DIRECCIÓN del establecimiento y el NOMBRE/RAZÓN SOCIAL.

Detallar dentro del e-mail:

- Nómina de personal (nombre y apellido, N° DNI, dirección,

teléfono de contacto).

- Certificado de desinfección del establecimiento.

Cartelería obligatoria de uso de tapabocas y distanciamiento social

- Mediante el Decreto Municipal N° 614/2020 se establece el uso obligatorio de los elementos de protección que cubran nariz, boca y mentón para ingresar y/o permanecer en el establecimiento.

POR DECRETO MUNICIPAL N° 614

SE DEBE INGRESAR
CON UN ELEMENTO DE
PROTECCIÓN DE NARIZ,
BOCA Y MENTÓN.



TAPABOCAS

PARA INGRESAR EN ESTE LUGAR HABILITADO:



Usá siempre
el **tapaboca**



Usá **alcohol en gel**



Guardá la distancia de al
menos **dos metros**

ENTRE TODOS VAMOS A SEGUIR
DISMINUYENDO EL CORONAVIRUS



SI

SAN ISIDRO | MUNICIPIO

SI

SAN ISIDRO | MUNICIPIO

Cartelería Procedimiento de lavado de manos con agua y jabón

- Para reducir eficazmente el desarrollo de microorganismos en las manos, el lavado de manos debe durar al menos 40–60 segundos.

PROCEDIMIENTO DEL LAVADO DE MANOS

Usando jabón (duración mínima 40 segundos)

Información de la OMS



Cartelería Procedimiento de lavado de manos con alcohol en gel

- Para aquellos supuestos en que la tarea y/o actividad desempeñada no permita el lavado frecuente de manos, deberá realizarse limpieza en seco de las mismas con alcohol en gel y/o alcohol al 70%.
- Para reducir eficazmente el desarrollo de microorganismos en las manos, la higiene de manos con soluciones a base de alcohol debe durar 20 – 30

segundos.

PROCEDIMIENTO DEL LAVADO DE MANOS

Usando Alcohol en gel (duración mínima 20 segundos)

Información de la OMS

