

## Requisitos para los gimnasios

Además de los [Requisitos Mínimos](#) de la iniciativa Saludable en el Trabajo, los [gimnasios](#), [o centros de acondicionamiento físico](#), deben cumplir con los requisitos a continuación para volver a abrir y permanecer abiertos:

### Requisitos de distanciamiento social para los gimnasios

- Los gimnasios deben limitar el número de visitantes presentes en su instalación a un máximo del 50% de la capacidad, sin incluir a los empleados. La instalación o empresa debe desarrollar un sistema organizado de horarios para minimizar las interacciones entre los visitantes y permitir que los empleados limpien y desinfecten las superficies tocadas después del uso de cada visitante.
- Los gimnasios deben eliminar los servicios para niños y el uso de áreas de juego para niños hasta que los programas de cuidado infantil basados en centros y con licencia vuelvan a abrir el 15 de junio del 2020. Una vez que vuelvan a abrir, los gimnasios con servicios de cuidado infantil deben cumplir con los [Requisitos para programas de cuidado infantil](#) de la iniciativa Saludable en el Trabajo.
- Los gimnasios deben garantizar que todos los equipos estacionarios de acondicionamiento físico (incluyendo, de manera enunciativa pero no limitativa, las cintas caminadoras, bancos, plataformas, estanterías de pesas, máquinas de levantar pesas, máquinas elípticas) estén ubicados a una distancia mínima de 6 pies (2 metros), medida desde el punto principal de operación del equipo específico, para garantizar el distanciamiento social. Como alternativa, pueden inutilizar equipos para garantizar una distancia de 6 pies (2 metros) entre las máquinas activas.
- Los gimnasios deben ajustar significativamente las clases de acondicionamiento físico presenciales en el interior. Se les anima a los gimnasios a ofrecer clases de grupo remotas en que los clientes mantengan una separación de 10 pies (3 metros) o más. También se les anima a ofrecer clases de acondicionamiento físico individuales o en grupo al aire libre. Los gimnasios que ofrecen clases de acondicionamiento físico en el interior o al aire libre deben seguir los requisitos de la iniciativa Saludable en el Trabajo para los [grupos de 10 personas o menos](#) para estas clases. Los gimnasios deben animar a los clientes que participan en las clases a llegar no más de diez (10) minutos antes de la clase.
- Los gimnasios deben eliminar el uso de las saunas y baños de vapor donde las partículas infecciosas pueden volver a estar en el aire.
- Los gimnasios deben eliminar los contenedores de objetos perdidos.
- Los gimnasios deben desanimar a los clientes de hacer ejercicio en grupos.
- Los gimnasios deben animar a los clientes a que traigan sus propias colchonetas, bandas y otros equipos según sea necesario.
- Los gimnasios deben discontinuar el uso de bebederos en la medida de lo posible. Los gimnasios

# Saludable en el Trabajo



deben animar a los clientes a que traigan sus propias botellas de agua.

- Los gimnasios deben eliminar las estaciones de ventas de comida.
- Los gimnasios deben eliminar el uso de las áreas para deportes de mucho contacto y deportes en equipo (p. ej., las canchas de básquetbol y los campos de fútbol y de fútbol norteamericano) hasta que se emitan requisitos/pautas para estas actividades.
- Los gimnasios que contienen centros de actividades acuáticas deben seguir los requisitos de la iniciativa Saludable en el Trabajo para los [centros de actividades acuáticas](#).
- Los gimnasios deben, en la medida de lo posible, cerrar los snack bares y áreas de comer. Si un gimnasio continúa operando un snack bar o área de comer, o permitiendo la prestación de tal servicio en su local, debe seguir los requisitos de la iniciativa Saludable en el Trabajo para los [restaurantes](#).
- Los gimnasios deben proporcionar servicios y llevar a cabo sus negociaciones por teléfono o Internet en la medida de lo posible. Cualquier empleado que se encuentre desempeñando sus tareas laborales vía teletrabajo (p. ej., personal de contabilidad) debe continuar trabajando de este modo.
- Los gimnasios deben eliminar el uso de cualquier área de espera, y en la medida de lo posible brindar servicios sólo con cita previa y comunicarle por teléfono o mensaje de texto cuándo el cliente puede entrar a la instalación. Las instalaciones o empresas deben garantizar que los visitantes no se aglomeren en el local antes, durante o después de su visita.
- Los gimnasios deben, en la medida de lo posible, modificar el flujo del tráfico interno para minimizar el contacto entre empleados y visitantes.
- Los gimnasios deben garantizar que los empleados usen fuentes digitales en lugar del uso de papel (p. ej., documentos, facturas, inspecciones, formularios, agendas) en la medida de lo posible.
- Los gimnasios deben comunicarse con los clientes y recibir el pago a través de opciones de pago con el menor contacto (p. ej., teléfono o Internet), en la medida de lo posible. En el caso de las instalaciones o negocios que no pueden evitar el contacto a la hora del pago entonces deben instalar calcomanías en el piso o la pared en el área donde se hace la fila para pagar para establecer una distancia segura mientras esperan de 6 pies (2 metros).
- Los gimnasios deben disuadir a los empleados de compartir los teléfonos, escritorios, estaciones de trabajo, dispositivos portátiles y otras herramientas y equipos de trabajo en la medida de lo posible.
- Los gimnasios deben establecer medidas de control para garantizar el distanciamiento social en los vestidores, incluyendo incapacitar taquillas para garantizar 6 pies (2 metros) de distanciamiento social. Los gimnasios deben desanimar el uso de vestidores o considerar medidas para mantener el distanciamiento social entre los clientes (p. ej., inutilizar una taquilla sí y otra no, o grupos de taquillas, para poner espacio entre las que están en uso) y limpiar y desinfectar frecuentemente.
- Los gimnasios deben discontinuar el uso de áreas de asientos para el público en la medida de lo posible.
- Los gimnasios deben garantizar el uso limitado de los baños en cualquier momento dado basado en el tamaño de la instalación y las pautas actuales de distanciamiento social.

## Requisitos de limpieza y desinfección en los gimnasios

- Los gimnasios deben garantizar que sus instalaciones, incluyendo los vestidores, áreas comunes, salas de descanso y baños, estén adecuadamente limpios y ventilados. A los gimnasios se les anima a que abran las puertas y ventanas exteriores para aumentar la ventilación.
- Los gimnasios deben proporcionar desinfectante para manos, instalaciones para el lavado de manos, pañuelos de papel y cestos de basura en lugares convenientes en la medida de lo posible.
- Los gimnasios deben animar a los visitantes a lavarse las manos adecuadamente cuando lleguen a la instalación. Si los visitantes se niegan a lavarse las manos adecuadamente, la instalación o empresa puede negarles el acceso a la instalación.
- Los gimnasios deben establecer una política sobre si van a atender a aquellos clientes que no se ajustan a la política de la empresa sobre exigir el uso de las pautas de los CDC.
- Los gimnasios que ponen a disposición baños o vestidores deben garantizar que las superficies que se tocan frecuentemente estén desinfectadas adecuadamente después de cada uso (p. ej., los picaportes y manijas de puertas). Los clientes del gimnasio pueden ducharse en la instalación solamente si la instalación o empresa puede limpiar y desinfectar rutinaria y adecuadamente las duchas y los vestidores después de cada visita.
- Los gimnasios deben garantizar que las toallitas desinfectantes u otros productos desinfectantes estén disponibles cerca de los equipos compartidos. Los gimnasios deben disuadir a los clientes de compartir toallas o equipos que no han sido desinfectados adecuadamente.
- Los gimnasios deben animar a los clientes a limpiar los equipos con toallitas desinfectantes inmediatamente antes y después de cada uso.
- Los gimnasios deben garantizar la limpieza y el saneamiento con desinfectantes adecuados de las superficies tocadas con frecuencia. Las áreas con superficies que se tocan con frecuencia incluyen vestidores, puertas, dispositivos *PIN pad* y áreas comunes. Los desinfectantes adecuados incluyen los desinfectantes domésticos registrados por la EPA, las soluciones de lejía doméstica diluida y las soluciones de alcohol que contienen al menos un 60% de alcohol.
- Los gimnasios deben establecer un proceso de limpieza y desinfección que siga las pautas de los CDC para utilizar cuando cualquier individuo haya sido identificado, sospechado o confirmado de tener un caso de COVID-19.
- Los gimnasios deben garantizar que los empleados no utilicen procedimientos de limpieza que puedan volver a traer partículas infecciosas al medio. Esto incluye, entre otros, evitar cosas como barrer en seco o el uso de sistemas de limpieza de alta presión ya sean de aire, agua o productos químicos.
- Los gimnasios deben animar a los visitantes a tocar solamente aquellos artículos o productos de venta que tienen la intención de comprar.
- Los gimnasios deben garantizar que cualquier artículo o producto de venta tocado por un visitante pero no comprado se retire y se limpie adecuadamente antes de devolverlo a los estantes de venta.

Las empresas deben referirse a las pautas de los CDC con respecto a la limpieza.

## **Requisitos de los equipos de protección personal (PPE)**

- Los gimnasios deben garantizar que los empleados usen máscaras faciales adecuadas y otro equipo de protección personal (PPE), siempre y cuando el uso no ponga en peligro la salud o seguridad del empleado.
- Los gimnasios deben garantizar que sus empleados usen máscaras faciales durante cualquier interacción con los visitantes y compañeros de trabajo o cuando están en áreas de paso común del local (p. ej., pasillos, corredores, áreas de almacenamiento, áreas de descanso, baños, entradas y salidas). Los empleados no están obligados a usar máscaras faciales cuando están solos en sus oficinas personales o si usarlas representa una amenaza seria para su salud o seguridad.
- Los gimnasios deben garantizar que todos los visitantes usen máscaras faciales mientras estén en el local. Los nadadores deben usar una máscara facial hasta entrar en la piscina y después de salir de la piscina. Los gimnasios deben tener máscaras faciales disponibles para los visitantes; sin embargo, los visitantes pueden traer y usar sus propias máscaras. Si los visitantes, suministradores o vendedores se niegan a usar máscaras, la instalación o empresa puede impedir la entrada de esas personas a la instalación.
- Los gimnasios deben establecer una política sobre si van a atender a aquellos visitantes que no se ajustan a la política del negocio de seguir las pautas de los CDC.
- Los gimnasios deben garantizar que los empleados usen guantes, además de cualquier PPE que se use normalmente, para las tareas de trabajo diario, al limpiar los equipos, estaciones de trabajo y áreas de mucho contacto del negocio.
- Los gimnasios deben garantizar que haya guantes disponibles para los empleados que realizan actividades donde hay mucho contacto, en la medida de lo posible, siempre y cuando esto no cree un peligro al que lo usa.
- Los gimnasios deben garantizar que los empleados usen guantes mientras manejan productos durante la entrega y recibo de productos.

## **Requisitos de capacitación y seguridad**

- Los gimnasios deben capacitar a los empleados sobre cómo deshacerse o desinfectar adecuadamente los PPE, inspeccionar si se han dañado los PPE, el mantenimiento y las limitaciones de los PPE.
- Los gimnasios deben capacitar a los empleados sobre cómo usar los PPE. Esta capacitación incluye: cuándo usar los PPE; qué PPE usar; cómo ponérselos, usarlos y quitárselos adecuadamente.
- Los gimnasios deben establecer procedimientos de inscripción para los miembros/clientes y mantener esta información para la posible notificación de contactos.
- Los gimnasios deben colocar carteles visibles en las entradas y en todo el local informándoles al personal y a los clientes sobre las medidas que limitan la cantidad de personas dentro del local, los 6 pies (2 metros) de distancia y las políticas del uso de máscaras faciales. Los carteles deben informarles

# Saludable en el Trabajo



a los empleados y clientes sobre la buena higiene y nuevas prácticas.

- Los gimnasios deben, en la medida de lo posible, implementar horarios especiales para prestar servicios con seguridad a las personas con mayor riesgo de enfermarse gravemente según las pautas de los CDC. Estas pautas están disponibles en: <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/faq.html#Higher-Risk>.
- Los gimnasios deben garantizar que los empleados estén informados de que ellos pueden identificar y comunicar posibles mejoras y/o inquietudes para reducir el riesgo potencial de exposición en el lugar de trabajo. Toda la educación y capacitación debe comunicarse en el idioma que mejor entiende la persona que recibe la educación y capacitación.