

Protocolo de reapertura para gimnasios y establecimientos de acondicionamiento físico: Apéndice L

Fecha de entrada en vigor: jueves 6 de mayo de 2021

Actualizaciones recientes: (los cambios están resaltados en amarillo)

5/5/21: La capacidad interior puede aumentarse hasta el 50% de la ocupación máxima en función del código de construcción o de incendios pertinente. Los jacuzzis, saunas y salas de vapor interiores pueden volver a abrirse para su uso.

Las tasas de casos de COVID-19, las hospitalizaciones y las muertes **experimentan un leve descenso y parecen estabilizarse**, pero el COVID-19 aún representa un riesgo alto para las comunidades. **Requiere** que todas las personas y negocios tomen precauciones y modifiquen tanto sus operaciones como actividades **con el objetivo** de reducir la propagación.

Dado que el Condado de Los Ángeles entró en el “Nivel **Amarillo**” del Plan para una Economía Más Segura del marco estatal, se actualiza el presente protocolo para suspender algunas restricciones específicas de la actividad local. Los gimnasios y establecimientos de acondicionamiento físico deben proceder con precaución y cumplir con los requisitos de este protocolo para reducir la posible propagación del COVID-19 **dentro** de sus operaciones comerciales.

Los requisitos a continuación son específicos para los gimnasios y establecimientos de acondicionamiento físico, los estudios de yoga y danza, los entrenamientos de acondicionamiento físico de 1:1 y las paredes para escalar (denominados de forma colectiva como “gimnasios y establecimientos de acondicionamiento físico”). Además de la condición impuesta por el Gobernador a estos negocios **específicos**, estos tipos de negocios también deben cumplir con las condiciones establecidas en el presente protocolo de reapertura para gimnasios y establecimientos de acondicionamiento físico.

Los gimnasios y establecimientos de acondicionamiento físico pueden reabrir sus puertas para operaciones en interiores con una ocupación limitada. Las operaciones en interiores de estos establecimientos están limitadas a un **50%** de la ocupación conforme el Código de Construcción o de Incendios pertinentes y continúan con sus operaciones al público al aire libre. Dado que las operaciones de acondicionamiento físico presentan un menor riesgo de transmisión en comparación con las actividades **en interiores**, se les recomienda a los gimnasios y establecimientos de acondicionamiento físico a seguir priorizando los servicios al aire libre. Tanto para las operaciones interiores como en exteriores, todos los empleados y clientes deben usar una **mascarilla adecuada** en todo momento, excepto cuando naden. Para obtener más información sobre las mascarillas, consulte la página web sobre mascarillas contra el COVID-19 del Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles (LACDPH, por sus siglas en inglés) en <http://ph.lacounty.gov/mask>.

Los jacuzzis interiores y exteriores, los saunas interiores y las salas de vapor pueden estar abiertos. Los jacuzzis interiores y exteriores **solo pueden abrirse para ser utilizados por grupos familiares o en casos en los que se pueda mantener una distancia de seis pies entre personas que no pertenezca a un mismo hogar. Los saunas y las salas de vapor deben estar limitadas a 50% de su capacidad.** Las piscinas cubiertas y las piscinas al aire libre pueden estar abiertas para su uso regular. Todas las piscinas deben cumplir con los [protocolos para piscinas públicas](#) del LACDPH.

Tenga en cuenta: Este documento puede actualizarse a medida que haya información y recursos adicionales disponibles. Por lo tanto, asegúrese de consultar el sitio web del condado de Los Ángeles <http://www.ph.lacounty.gov/media/Coronavirus/> regularmente para obtener actualizaciones de este documento.

Esta lista de verificación cubre:

- (1) Políticas y prácticas en el lugar de trabajo para proteger la salud de los empleados
- (2) Medidas para garantizar el distanciamiento físico
- (3) Medidas para garantizar el control de infecciones
- (4) Comunicación con los empleados y el público
- (5) Medidas para garantizar un acceso equitativo a los servicios esenciales

Su establecimiento deberá abordar estas cinco áreas clave al momento de elaborar los protocolos de reapertura.

Todos los negocios comprendidos en esta guía deben implementar todas las medidas aplicables señaladas a continuación y estar preparados para explicar por qué una medida que no se ha implementado no es aplicable al negocio.

Nombre del negocio:

Dirección del establecimiento:

Ocupación máxima, por código de incendio:

Superficie total aproximada de espacio abierto al público:

A. POLÍTICAS Y PRÁCTICAS EN EL LUGAR DE TRABAJO PARA PROTEGER LA SALUD DE LOS EMPLEADOS (MARQUE TODAS LAS QUE APLIQUEN AL ESTABLECIMIENTO)

- Se ha indicado a todos los que puedan realizar sus funciones laborales desde casa que lo hagan.
- Al personal vulnerable (personas mayores de 65 años, personas con enfermedades crónicas de salud) se les asigna trabajo que puedan realizar desde sus casas, siempre que sea posible y deben discutir cualquier inquietud con su proveedor de atención médica o servicios de salud ocupacional para tomar las decisiones apropiadas sobre el regreso al lugar de trabajo.
- Los procesos de trabajo se reconfiguran en la medida de lo posible para aumentar las oportunidades para que los empleados trabajen desde casa.
- Se han instituido horarios alternos, escalonados o de turno para maximizar el distanciamiento físico.
- A todos los empleados se les ha dicho que no vengán a trabajar si están enfermos o si han estado expuestos a una persona que tiene COVID-19. Los empleados entienden que deben seguir las pautas del DPH (por sus siglas en inglés) para el autoaislamiento y la cuarentena, en caso de que corresponda. Las políticas de licencia en el lugar de trabajo se han revisado y modificado para garantizar que los empleados no sean penalizados cuando se quedan en casa debido a una enfermedad.
- Se realizan controles de síntomas de entrada antes de que los empleados, vendedores, personal de entrega o toda persona que presta servicios en el sitio puedan ingresar al lugar de trabajo, de acuerdo con la [guía para controles de síntomas de entrada](#) de LACDPH. Los controles deben incluir una verificación respecto a la presencia de tos, dificultad para respirar, falta de aliento y fiebre o escalofríos y se debe indagar si la persona actualmente se encuentra bajo órdenes de aislamiento o cuarentena. Estos controles se pueden hacer de forma remota o en persona a la llegada de los empleados. De ser posible, se debe realizar también una verificación de temperatura en el lugar de trabajo.
 - o Control negativo (puede ingresar): Si la persona no presenta síntoma(s) y no tuvo contacto con un caso conocido de COVID-19 en los últimos 10 días, se la puede autorizar para que entre y trabaje ese día.
 - o Control positivo (no puede ingresar):
 - Si la persona no se vacunó¹ de forma completa contra el COVID-19 y tuvo contacto con un caso conocido de COVID-19 en los últimos 10 días o actualmente debe acatar una orden de cuarentena, no puede entrar ni trabajar en el lugar y debe ser enviada de inmediato a su casa para que permanezca en cuarentena. Proporciónese las instrucciones de cuarentena que se encuentran en ph.lacounty.gov/covidquarantine.
 - Si la persona presenta alguno de los síntomas mencionados con anterioridad o actualmente debe acatar una orden de aislamiento, no puede entrar ni trabajar en el lugar y debe ser enviada de

¹ Se considera que una persona está vacunada de forma completa contra el COVID-19 luego de dos (2) semanas o más de haber recibido la segunda dosis en una serie de 2 dosis (por ejemplo, Pfizer-BioNTech o Moderna), o dos (2) semanas o más luego de haber recibido una vacuna de una sola dosis (por ejemplo, Johnson and Johnson [J&J]/Janssen).

inmediato a su casa para que se aisle en su hogar. Proporcióneles las instrucciones de aislamiento que se encuentran en ph.lacounty.gov/covidisolation.

- Información sobre los beneficios de licencia patrocinados por el empleador o por el gobierno a favor del empleado que facilitaría financieramente quedarse en casa. Consulte la información adicional sobre los [programas](#) gubernamentales que respaldan la licencia por enfermedad y la compensación de trabajadores por COVID-19, incluidos los derechos de licencia por enfermedad de los empleados en virtud de la [Ley de Horas de Enfermedad Pagadas Suplementarias por COVID-19 de 2021](#).
- Una vez que se le notifica al empleador que uno o más empleados han obtenido un resultado positivo o tienen síntomas consistentes con (un caso de) COVID-19, el empleador tiene un plan o protocolo en orden para que dichos empleados [se aislen en sus hogares](#) y que todos los empleados que hayan estado en exposición en el lugar del trabajo con el caso de COVID-19 se sometan a una [cuarentena](#) inmediatamente. El plan del empleador debe considerar un protocolo para que todos los empleados en cuarentena tengan acceso o se les someta a la prueba del COVID-19 para determinar si hubo exposiciones adicionales en el lugar del trabajo que podrían requerir medidas de control adicionales del COVID-19. Consulte la [guía sobre cómo responder a COVID-19 en el lugar de trabajo](#) de salud pública.
- En el caso de que se identifiquen 3 o más casos dentro del lugar de trabajo en un lapso de 14 días, es obligación del empleador notificar de este clúster de casos al Departamento de Salud Pública del Condado de Los Angeles al (888) 397-3993 o (213) 240-7821 o en línea en www.redcap.link/covidreport. Si se identifica un clúster de casos en un lugar de trabajo, el Departamento de Salud Pública iniciará una respuesta para clústeres de casos, que incluye proporcionar pautas y recomendaciones de control de la propagación, soporte técnico y medidas de control específicas para cada sitio. Se asignará un gestor de casos de salud pública a la investigación de clúster de casos como ayuda para guiar la respuesta del centro. El Departamento de Salud Pública necesitará la cooperación inmediata del establecimiento para identificar si el grupo de casos constituye un brote de COVID-19.
- A los empleados que tienen contacto con otras personas se les ofrece, sin costo alguno, una [mascarilla adecuada](#) que cubra la nariz y la boca. Para más información, consulte la página web sobre mascarillas para el COVID-19 del Departamento de Salud Pública del Condado de Los Angeles: <http://ph.lacounty.gov/masks>. El empleado debe usar una mascarilla en todo momento durante la jornada laboral cuando esté en contacto o pueda entrar en contacto con otras personas. Los empleados que hayan sido instruidos por su proveedor médico de que no deben usar una mascarilla deben usar una pantalla facial con una cortina en el borde inferior, para cumplir con las directivas estatales, siempre que su condición lo permita. Se prefiere una cortina que se ajuste debajo del mentón. No se deben usar máscaras con válvulas unidireccionales. Las mascarillas que restringen el flujo de aire en caso de grandes esfuerzos (como las mascarillas N-95) no se aconsejan para el ejercicio.
- Todos los empleados deben usar una mascarilla en todo momento, excepto cuando trabajen solos en oficinas privadas con puertas cerradas o al comer o beber. La excepción hecha anteriormente para los empleados que trabajan en cubículos con divisiones sólidas que exceden la altura del empleado mientras están de pie queda anulada.
- Para asegurar que las mascarillas se utilicen de manera consistente y correcta, se desalienta a los empleados a comer o beber, excepto durante sus descansos cuando pueden quitarse las mascarillas de manera segura y distanciarse físicamente de los demás. En todo momento al comer o beber, los empleados deben mantener una distancia mínima de seis pies de los demás. A la hora de comer o beber, es preferible hacerlo al aire libre y lejos de los demás si es posible. Es preferible comer o beber en un cubículo o estación de trabajo a comer en una sala de descanso si comer en un cubículo o estación de trabajo proporciona una mayor distancia y barreras entre los trabajadores.
- Se reduce la ocupación y se maximiza el espacio entre empleados en cualquier sala o área que los empleados utilizan para comidas y/o descansos. Esto se ha logrado mediante:
 - Publicación de la ocupación máxima, la cual debe permitir una distancia de al menos seis pies entre personas en las salas o áreas que se utilizan para descansos; y
 - Implementación de descansos u horarios de comida escalonados para reducir la ocupación en las salas o áreas que se utilizan para comidas o descansos; y
 - Distribución de las mesas al menos a ocho pies de distancia entre sí, verificar que las sillas tengan una separación de seis pies entre sí, retirar o colocar cinta en las sillas para reducir la ocupación, colocar marcadores en el piso para garantizar el distanciamiento y distribuir las sillas de manera que se minimice el contacto cara a cara. Se recomienda el uso de particiones para ayudar a prevenir la propagación, sin embargo, no se podrán considerar como reemplazo de reducir la ocupación y mantener el distanciamiento físico.
- Los trabajadores que deben permanecer constantemente a menos de 6 pies de los clientes o compañeros que no utilizan mascarillas de trabajo deben utilizar una barrera secundaria (por ejemplo, una pantalla facial o gafas de

seguridad) además de la mascarilla. Todos los empleados deben minimizar la cantidad de tiempo que pasan a menos de seis pies de distancia de los clientes. Las pantallas faciales son opcionales para los empleados que muestren una prueba aceptable de vacunación completa contra el COVID-19 a su empleador; todavía se requiere usar una mascarilla facial. Para los empleados completamente vacunados que han mostrado una prueba de su vacunación completa contra el COVID-19 y optan por no usar una pantalla facial, el empleador debe crear y mantener un registro escrito que documente que cada uno de estos empleados les ha mostrado una prueba aceptable de vacunación completa. El empleador no necesita conservar una copia del comprobante de vacunación completa que se ha mostrado.

- Las personas se consideran completamente vacunadas contra el COVID-19 ≥ 2 semanas después de haber recibido la segunda dosis en una serie de 2 dosis (Pfizer-BioNTech o Moderna), o ≥ 2 semanas después de haber recibido una vacuna de una única dosis (Johnson y Johnson [J&J]/Janssen).
- Los siguientes son aceptables como prueba de vacunación completa contra el COVID-19 para que el empleado muestre a su empleador: Tarjeta de vacunación (que incluya el nombre de la persona vacunada, el tipo de vacuna proporcionada y la fecha de la última dosis administrada) O una foto de una tarjeta de vacunación como documento separado O una foto de la tarjeta de vacunación del empleado almacenada en un teléfono o dispositivo electrónico O documentación de la vacunación completa brindada por un profesional de la salud (que incluya el nombre de la persona vacunada y confirma que la persona está completamente vacunada contra el COVID-19).
- Se indica a los empleados que deben lavar o reemplazar sus mascarillas diariamente.
- Todas las estaciones de trabajo están separadas por al menos seis pies.
- Las salas de descanso, los baños y otras áreas comunes se desinfectan por lo menos una vez al día, en el siguiente horario:
 - Salas de descanso _____
 - Baños _____
 - Otros _____
- Asegúrese de que los trabajadores temporales o contratados en la instalación también estén debidamente capacitados en las políticas de prevención de COVID-19 y tengan los suministros y los EPP necesarios. Discuta estas responsabilidades con anticipación con las organizaciones que proveen trabajadores temporales y/o contratados.
- Se requieren mascarillas cuando los empleados están cerca de otros. Los trabajadores deben tener mascarillas disponibles y usarlos en el gimnasio, las oficinas o en los vehículos propiedad de la compañía cuando viajan con otras personas. La **mascarilla** es particularmente importante si no se puede mantener el distanciamiento físico en el trabajo (por ejemplo, entrenadores personales y personal que ayuda a los miembros con los ejercicios). Las mascarillas no deben quitarse. Los empleadores están obligados a proporcionarles mascarillas a todos los empleados.
- Hay desinfectante e insumos relacionados disponibles para los empleados en el (los) siguiente(s) lugar(es):

- Hay desinfectante de manos eficaz contra el COVID-19 disponible para todos los empleados en el (los) siguiente(s) lugar(es):

- Los empleados tienen descansos frecuentes para lavarse las manos.
- Se ha entregado una copia de este protocolo a cada empleado.
- A cada trabajador se le asignan sus propias herramientas, equipo y espacio de trabajo definido. Compartir artículos retenidos se minimiza o elimina.
- Todas las políticas descritas en esta lista de verificación que no sean las relacionadas con los términos de empleo se aplican al personal de entrega y a cualquier otra empresa que pueda estar en el local como tercero.
- Opcional—describa otras medidas:

B. MEDIDAS PARA GARANTIZAR EL DISTANCIAMIENTO FÍSICO

- Operaciones en interiores. Las operaciones de los gimnasios y establecimientos de acondicionamiento físico que se ofrecen en interiores están limitadas al **50%** de la ocupación máxima del establecimiento en el interior de acuerdo con el Código de Construcción o de Incendios pertinente. **Este límite de ocupación rige para las salas individuales del gimnasio o los establecimientos de acondicionamiento físico, incluidos los baños, las duchas, los saunas, los baños de vapor y los vestuarios.**
 - El número máximo de clientes en el establecimiento está limitado a: _____
- Operaciones al aire libre. La ocupación de los espacios interiores está limitada a un nivel tal que le permita a todos los empleados y clientes mantener al menos una distancia física de 6 pies entre sí en todo momento.
- Estructuras y espacios al aire libre. Las operaciones al aire libre pueden llevarse a cabo debajo de un toldo o todo otro tipo de protección solar, siempre y cuando los lados del toldo o la protección solar no estén cerrados y exista suficiente movimiento de aire exterior dentro del espacio. Cualquier espacio exterior o estructura temporal utilizada para las operaciones al aire libre debe cumplir con los criterios del Estado para los entornos al aire libre, como se detalla en la guía obligatoria sobre el uso de [estructuras temporales para operaciones comerciales al aire libre](#) del Departamento de Salud de California.
- Las estructuras al aire libre que no cumplan con los criterios del Estado para los entornos al aire libre se clasifican como áreas interiores. De esta forma, los clientes que se encuentren en ellas se contarán y se incluirán como parte del límite del **50%** de ocupación interior total del establecimiento.
- Los miembros del personal deben controlar de forma efectiva y continua la entrada y salida de los clientes en todas las entradas de las zonas interiores del gimnasio/establecimiento de acondicionamiento físico para hacer un seguimiento de la ocupación y garantizar el cumplimiento de los límites de capacidad y los requisitos de distanciamiento físico. Los gimnasios/establecimientos de acondicionamiento físico pueden optar por limitar el número de entradas que están abiertas al público durante el horario comercial normal para facilitar el seguimiento. Los mencionados establecimientos que no cuentan con medidores o que parezcan tener un exceso de capacidad, podrán, a discreción del inspector de salud pública, ser cerrados temporalmente hasta que se rectifiquen estos problemas conforme lo determine dicha autoridad in situ.
- Evite las filas de clientes afuera de la instalación y considere tener un miembro del personal en la entrada del gimnasio/establecimiento de acondicionamiento físico para ayudar a mantener los niveles de ocupación apropiados.
- Solo aquellos clientes que realmente están haciendo ejercicio deben estar en el gimnasio/establecimiento de acondicionamiento físico.
- Todos los empleados y clientes del gimnasio tanto en interiores como en exteriores deben utilizar una mascarilla en todo momento, excepto cuando naden, estén en el sauna/sala de vapor o se duchen.**
- Las clases grupales de entrenamiento, como aeróbicos, yoga y baile, deben realizarse al aire libre tanto como sea posible y deben modificarse para limitar el tamaño de la clase y garantizar un mínimo de seis pies de distancia física entre los clientes.
 - Las clases grupales de ejercicio solo pueden ofrecerse si se pueden mantener los requisitos de distanciamiento y no hay contacto físico de persona a persona.
 - Para clases aeróbicas intensas como aeróbicos, "spinning" o acondicionamiento o máquinas como máquinas elípticas, de banda de rodadura o escaleras, considere colocar a las personas y el equipo al menos a 8 pies de distancia en lugar de 6 pies.
- Las canchas deportivas al aire libre se pueden usar para la práctica individual o para actividades donde se pueda mantener una distancia física de 6 pies durante toda la actividad. Cuando las personas esperan usar una cancha, se debe implementar un límite de tiempo máximo para el uso de la cancha por cada participante. Los participantes que esperan deben practicar el distanciamiento físico.
- Deben desaconsejarse las clases de yoga que se realicen a temperaturas superiores a los 100°F.
- Los entrenadores personales están permitidos si mantienen una distancia de seis pies del cliente y usan mascarillas. Los clientes deben usar mascarillas mientras reciben instrucciones y se les debe advertir que solo realicen ejercicios para los que puedan respirar con comodidad mientras utilizan la mascarilla sobre nariz y boca en todo momento.
- El equipamiento se coloca a una distancia mínima de 6 pies, con una distancia mayor para las cintas de corres y otros equipos de entrenamiento aeróbico de alto esfuerzo. Los equipos pueden disponerse en forma de "X" para brindar

una mayor distancia. El equipo que no se pueda mover está marcado para garantizar que los clientes puedan mantener una distancia de al menos seis (6) pies de los demás. Una cinta u otras marcas ayudan a los clientes a mantener una distancia de 6 pies entre ellos y otros en cualquier fila. Una marca identifica tanto el lugar de partida para los clientes que llegan a la fila como los intervalos de 6 pies para los clientes posteriores que se unen a la fila.

- Use patrones de tráfico peatonal unidireccional en todo el gimnasio al aire libre con señales e indicadores visuales.
- Los empleados han recibido instrucciones de mantener al menos una distancia de seis (6) pies de los clientes y entre sí en todas las áreas del gimnasio/establecimiento de acondicionamiento físico. Los empleados pueden acercarse momentáneamente cuando sea necesario para aceptar pagos, entregar bienes o servicios, según sea necesario.
- Los servicios de **masaje** están permitidos, pero se debe cumplir con los requisitos relevantes presentes en el protocolo de [Servicios de Cuidado Personal](#).
- Los baños, duchas y vestuarios que se encuentran dentro de las instalaciones están abiertos para el uso de los clientes con una capacidad limitada al **50%**.
- Se deben emplear letreros y marcas en el suelo para asegurar que se mantenga la distancia física adecuada mientras los clientes están en los vestuarios.
- Las instalaciones de baños compartidos deben limpiarse regularmente a lo largo del día con desinfectantes registrados por la EPA. Las superficies de alto contacto como grifos, inodoros, manijas de puertas e interruptores de luz deben limpiarse y desinfectarse al menos una vez al día, pero con más frecuencia si es necesario.
- Redacte y publique un programa de limpieza para las instalaciones sanitarias. Asegúrese de cerrar el baño durante el proceso de limpieza y desinfección.
- Considere la posibilidad de utilizar una lista de verificación o un sistema de auditoría para controlar la frecuencia con que se limpia.
- Asegúrese de que las instalaciones sanitarias permanezcan en funcionamiento y estén continuamente abastecidas en todo momento. Suministre jabón, toallas de papel y desinfectante de manos adicionales cuando sea necesario. Instale dispositivos de manos libre, si es posible, incluyendo grifos de lavamanos con sensor de movimiento, dispensadores de jabón, desinfectante y toallas de papel.
- Analice la posibilidad de modificar las puertas de los baños de múltiples instalaciones para que puedan abrirse y cerrarse sin tocar las manijas al utilizar dispositivos de apertura u operadores de puerta motorizados con la mano, siempre que sea posible. Si la puerta no puede abrirse sin tocar el tirador o el operador de la puerta con la mano, coloque un receptáculo de basura junto a la puerta para garantizar que se pueda desechar fácilmente una toalla de papel al accionar la puerta. La ubicación y colocación de los cubículos de desechos no debe interferir con la salida, la evacuación, el equipo de emergencia o toda otra instalación razonable prevista en la Ley para estadounidenses con Discapacidades.
- Brinde información sobre cómo lavarse las manos adecuadamente, incluyendo la colocación de carteles en los baños.
- Considere suspender actividades no básicas, incluidas las operaciones minoristas, el cuidado de niños y el servicio de alimentos. Si las instalaciones de acondicionamiento físico operan tales comodidades, estas deben revisar y seguir los protocolos publicados de salud pública del condado para estas actividades.
- Las instalaciones para natación que estén dentro del gimnasio también deben cumplir con los [protocolos publicados para piscinas públicas](#). Los jacuzzis interiores, las saunas y las salas de vapor permanecerán cerrados.

C. MEDIDAS PARA EL CONTROL DE INFECCIONES

- El sistema HVAC (por sus siglas en inglés) funciona correctamente; en la mayor medida posible, se ha aumentado la ventilación. La ventilación eficaz es una de las formas más importantes de controlar la transmisión de aerosoles pequeños. Considere instalar filtros de aire portátiles de alta eficiencia, actualizar los filtros de aire del edificio a la mayor eficiencia posible y hacer otras modificaciones para aumentar la cantidad de aire exterior y la ventilación en las oficinas y los otros espacios. Consulte la [guía previsual para la ventilación, la filtración y la calidad del aire en ambientes interiores](#) del Departamento de Salud Pública de California para obtener información más detallada.
 - Tenga en cuenta: La ventilación y toda otra mejora de la calidad del aire interior son un complemento y no un sustituto de las protecciones obligatorias, entre las que se incluyen el uso de mascarillas (excepto

en determinados entornos de alto riesgo que requieran el uso de una protección respiratoria adecuada), el mantenimiento de al menos 6 pies de distancia entre las personas, el lavado de manos frecuente y la limitación de actividades que reúnan a personas de diferentes hogares.

- Todos los clientes están obligados a usar una mascarilla mientras permanezcan en el gimnasio/establecimiento de acondicionamiento físico. La única excepción válida es para aquellos clientes que estén nadando en la piscina, **están en el sauna o sala de vapor, o duchándose**. Esto rige para todos los adultos y los niños mayores de 2 años. Aquellas personas a las que su médico les indicó que no deben usar una mascarilla deben utilizar una pantalla facial con una cortina en el borde inferior para cumplir con las pautas del Estado, si su condición lo permite. Se prefiere una cortina que se ajuste al mentón. No se deben utilizar mascarillas con válvulas unidireccionales. Las mascarillas son necesarias incluso en momentos de gran esfuerzo físico en la medida en que se pueda tolerar.
 - Se les debe recordar a los clientes que deben limitar su esfuerzo a un nivel que les permita hablar mientras usan la mascarilla y que deben detenerse o realizar pausas frecuentes en el ejercicio si empiezan tener alguna dificultad para respirar. Las mascarillas deben cambiarse si se mojan, se pegan a la cara de la persona u obstruyen la respiración. Para contribuir con la seguridad de los empleados y otros visitantes, se deben facilitar mascarillas a los visitantes que lleguen sin una.
 - Los controles de síntomas se llevan a cabo antes de que los clientes puedan ingresar a las instalaciones. Los controles deben incluir una verificación respecto a la presencia de tos, dificultad para respirar, falta de aliento y fiebre o escalofríos y se debe indagar si la persona actualmente se encuentra bajo órdenes de aislamiento o cuarentena. Estas verificaciones se pueden hacer en persona o mediante métodos alternativos, como la verificación en línea en el sistema o mediante **señalización** colocada en la entrada de la instalación que indique a los visitantes que si presentan estos síntomas no deben ingresar a las instalaciones.
 - Control negativo (puede ingresar): Si la persona no presenta síntoma(s) y no tuvo contacto con un caso conocido de COVID-19 en los últimos 14 días, se le puede autorizar para que trabaje ese día.
 - Control positivo (no puede ingresar):
 - Si la persona tuvo contacto con un caso conocido de COVID-19 en los últimos 14 días o actualmente debe acatar una orden de cuarentena, no puede entrar y debe ser enviada de inmediato a su casa para que permanezca en cuarentena. Proporcióneles las instrucciones de cuarentena que se encuentran en ph.lacounty.gov/covidquarantine.
 - Si la persona presenta alguno de los síntomas mencionados con anterioridad o actualmente debe acatar una orden de aislamiento, no puede entrar y debe ser enviada de inmediato a su casa para que se aisle en su hogar. Proporcióneles las instrucciones de aislamiento que se encuentran en ph.lacounty.gov/covidisolation.
 - Existen sistemas de pago y registro sin contacto o, si no es posible, los sistemas se desinfectan por lo menos una vez al día. Describir:
-
- Realice una limpieza exhaustiva durante todo el día en las áreas de alto tráfico en el gimnasio o edificio del establecimiento de acondicionamiento físico que pueden ser utilizados por los empleados, como áreas de recepción y ante sala, vestuarios, armarios de los vestuarios, duchas, salas de descanso y en las áreas de entrada y salida, incluidas escaleras, huecos de escaleras, escaleras mecánicas, pasamanos y botones de los elevadores.
 - Desinfecte con frecuencia las superficies de uso común, incluidas máquinas y equipos de ejercicio personal, manijas de puertas e instalaciones para lavarse las manos.
 - Solicite a los usuarios que desinfecten los equipos de ejercicio individuales, colchonetas y máquinas antes y después del uso con las toallitas desinfectantes proporcionadas. Asegúrese de que los recipientes de basura forrados y sin contacto estén disponibles en todo el gimnasio para eliminar las toallitas usadas.
 - Si los miembros no pueden o no quieren limpiar / desinfectar el equipo después del ejercicio, proporcione etiquetas que digan "listas para limpiar" para que los miembros las coloquen en el equipo después del uso, para garantizar que el personal desinfecte el equipo antes del próximo uso.
 - Asegúrese de que todos los trabajadores hayan sido capacitados para usar y tengan un suministro adecuado de limpiadores y desinfectantes para todo uso, cuando sea necesario. Siga los requisitos de Cal /OSHA (por sus siglas en inglés) y las instrucciones del fabricante para un uso seguro y utilice el equipo de protección personal requerido para los productos de limpieza.
 - Los trabajadores deben tener suficiente ventilación (flujo de aire) en las áreas donde estén desinfectando. Si limpia en un baño u otro espacio pequeño, asegúrese de que las puertas y ventanas estén abiertas.

- Las instalaciones sanitarias están disponibles solo para uso de los empleados. Asegúrese de que las instalaciones sanitarias permanezcan operativas y estén continuamente abastecidas en todo momento. Proporcione jabón adicional, toallas de papel y desinfectante para manos cuando sea necesario. Instale dispositivos manos libres, si es posible, incluidos los grifos de los sumideros del sensor de movimiento, los dispensadores de jabón, los dispensadores de desinfectante y los dispensadores de toallas de papel.
- Asegúrese de que los botes de basura se vacíen regularmente.
- Se debe recordar a los clientes que se mantengan a seis pies de distancia del personal de limpieza o conserjería. Implemente un proceso para chequear regularmente con los trabajadores para garantizar que los visitantes siguen este protocolo. Asegúrese de que los trabajadores puedan compartir dicha información sin temor a represalias o amenazas.
- Considere implementar un sistema de préstamo para que los usuarios utilicen cualquier equipo pequeño y accesorios (es decir, bandas de ejercicio, cuerdas, colchonetas, rodillos de espuma, etc.). Desarrolle un proceso para limpiar y desinfectar estos artículos cuando son regresados.
- Se alienta a los clientes a traer sus propias botellas de agua. Anime a los clientes a traer sus propias toallas y colchonetas y considere disolver la provisión de toallas o productos de higiene personal proporcionados por la instalación.
- Para toallas, toallitas de tela u otros artículos lavados, proporcione un recipiente cerrado donde los clientes puedan colocar toallas u otros artículos usados. Asegúrese de que esos artículos no se puedan volver a usar hasta que los lave adecuadamente un servicio de lavado comercial o un proceso de lavado interno. Almacene todas las toallas limpias en un lugar limpio y cubierto. Asegúrese de que los trabajadores que manipulan ropa o toallas sucias tengan guantes.
 - Haga que un miembro del personal proporcione ropa/toallas u otros materiales a pedido en lugar de establecer un área de autoservicio.
- Las comodidades, incluidas revistas, libros, estaciones de comida de autoservicio (a menos que no tengan contacto) y otros artículos para clientes, deben retirarse de todas las áreas.
- Al elegir productos químicos de limpieza, los empleadores deben usar productos aprobados para su uso contra COVID-19 en la lista aprobada por la Agencia de Protección Ambiental (EPA, por sus siglas en inglés) y seguir las instrucciones del producto. Use desinfectantes etiquetados para que sean efectivos contra los patógenos virales emergentes, las soluciones diluidas de lejía doméstica (5 cucharadas por galón de agua) o las soluciones de alcohol con al menos 60% de alcohol que son apropiadas para la superficie. Brinde capacitación a los empleados sobre las instrucciones del fabricante y los requisitos de OSHA (por sus siglas en inglés) para un uso seguro. Los trabajadores que usan productos de limpieza o desinfectantes deben usar guantes y otro equipo de protección según lo requiera el producto. Siga los métodos de limpieza recomendados por el Departamento de Salud Pública de California que son más seguros para personas con asma.
- El desinfectante de manos, pañuelos de papel y botes de basura están disponibles para el público en el gimnasio al aire libre/espacio de establecimiento de fitness. Considere configurar al menos una estación de lavado de manos que esté disponible para los empleados y los clientes en el espacio al aire libre.
- Opcional- describa otras medidas (por ejemplo, proporcionar horas solo para personas mayores):

D. MEDIDAS QUE COMUNICAN AL PÚBLICO

- Una copia de este protocolo o del Certificado de Cumplimiento contra el COVID-19 del Condado de Los Ángeles se coloca en todas las entradas públicas de la instalación. Para más información o para completar el programa de certificación del cumplimiento de seguridad contra el COVID-19, visite la página web: <http://publichealth.lacounty.gov/eh/covid19cert.htm>. Los establecimientos deben contar con una copia de los Protocolos en el sitio para su revisión, en caso de que los pidan.
- Hay señalización en la entrada, donde los clientes se alinean y lugares de alta visibilidad que notifican a los empleados y clientes sobre los límites de ocupación, la prohibición de ingresar a las instalaciones, los requisitos para mantener el distanciamiento social y que se requieren mascarillas en todo momento, excepto en las piscinas. La señalización también debe advertir a los clientes que no se esfuercen demasiado mientras usan mascarillas y hacen ejercicio. Consulte la página web de la [guía sobre el COVID-19 del Departamento de Salud Pública del Condado](#) para obtener recursos adicionales y ejemplos de señalización que pueden utilizar los negocios.
- Los puntos de venta en línea del establecimiento (sitio web, redes sociales, etc.) brindan información clara sobre el

horario de la tienda, el uso requerido de mascarillas, operaciones al aire libre, ocupación limitada, políticas con respecto a las reservaciones previas, prepago y otras cuestiones.

E. MEDIDAS PARA GARANTIZAR UN ACCESO EQUITATIVO A LOS SERVICIOS ESENCIALES

- Se han priorizado los servicios que son críticos para los usuarios/clientes.
- Las transacciones o servicios que se pueden ofrecer de forma remota se han trasladado en línea.
- Se instituyen medidas para garantizar el acceso a los servicios a los clientes que tienen limitaciones de movilidad y/o están en alto riesgo en los espacios públicos.
 - Considere implementar horas especiales designadas para poblaciones de alto riesgo o médicamente vulnerables, incluidas las personas mayores con admisión solo con reservaciones.

Cualquier medida adicional que no se haya señalado anteriormente deberá constar en páginas aparte, las cuales se deberán adjuntar a este documento.

Puede comunicarse con la siguiente persona en caso de tener cualquier pregunta o comentario sobre este protocolo:

Nombre de contacto del negocio:

Número de teléfono:

Fecha de la última revisión:

Retirado - NO en Vigor