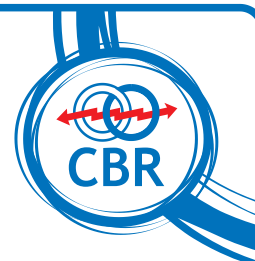


PROTOCOLO CLUB BANCO REPÚBLICA

SEGURIDAD Y ACTUACIÓN POR CORONAVIRUS



FASE 2: ACTIVIDADES INTERNAS PISCINA

● MARCO DE REFERENCIA.

Dada la situación de evolución y el alto grado de contagio que tiene el Coronavirus en Uruguay y no contando a la fecha con vacunas ni productos que puedan eliminarlo del organismo humano, como organización responsable tomamos todas las medidas necesarias para evitar su propagación. En este sentido se desarrolla este protocolo OPERATIVO FASE 2 de actuación, considerando las medidas sanitarias definidas por el Gobierno Nacional, el MSP y la SENADE, así como el protocolo General desarrollado por el club asesorado por el Dr. Marcelo Chopitea y el técnico prevencionista Leopoldo Schiavone, con el fin de lograr establecer procedimientos que permitan brindar el servicio y crear la mayor seguridad a los usuarios y funcionarios del CBR.

VÍAS DE CONTAGIO.

Sabemos que habitualmente se transmite por 3 vías que deberemos considerar fundamentalmente: A) después de un contacto cercano con una persona infectada a través de las gotitas que ésta produce al estornudar o toser, B) contacto con superficies contaminadas con el virus y posterior ingreso a boca, nariz u ojos con la mano, C) por aerosoles de micro saliva al hablar cerca.

MANIFESTACIONES CLÍNICAS

Los pacientes con COVID-19 han tenido enfermedad respiratoria de leve a grave con los siguientes síntomas:

- Fiebre.
- Tos.
- Dificultad para respirar.
- Pérdida de olfato y gusto.
- Dentro de las complicaciones más graves está la de desarrollar neumonía en ambos pulmones.

PREVENCIÓN

La mejor forma de prevenir la enfermedad es evitar la exposición a este virus, no obstante, se recomiendan medidas preventivas cotidianas para ayudar a prevenir la propagación de enfermedades respiratorias, a saber:

- Evitar el contacto cercano con personas enfermas.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Quedarse en casa si está enfermo.
- Cubrirse la nariz y la boca con un tapabocas de tela para disminuir velocidad de aire exhalado y propagación de aerosoles en caso de estornudar o toser hacerlo dentro de tapabocas y en codo, o pañuelo desechable al toser o estornudar y luego botarlo a la basura si no se usa tapabocas de tela. Se puede considerar que toda persona puede ser un contagiado asintomático. Se adjunta manual de construcción de tapabocas de tela.
- Limpiar y desinfectar los objetos y las superficies que se tocan frecuentemente, usando un producto común de limpieza de uso doméstico en rociador o toallita. (alcohol al 70% o dilución de hipoclorito)
- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón por al menos 20 segundos, especialmente después de ir al baño, antes de comer, y después de sonarse la nariz, toser o estornudar.
- Si no cuenta con agua ni jabón, use un desinfectante de manos que contenga al menos un 70 % de alcohol. Lávese las manos siempre con agua y jabón si están visiblemente sucias.

● ALCANCE.

El presente Protocolo de Actuación por COVID-19 se aplica a todo trabajador permanente o temporales, así como a los socios y visitantes del club.

● OBJETIVOS.

Establecer bases y lineamientos en un plan de seguridad por exposición frente a un caso sospechoso de presentar COVID-19 bajo las directivas del Ministerio de Salud Pública de la República Oriental de Uruguay, así como de la Organización Panamericana de la Salud Uruguay. Como objetivos se establece en:

- Establecer los pasos a seguir en caso sospechoso de presentar COVID-19 dentro de las instalaciones del Club deportivo
- Identificar, aislar y brindar optimizada respuesta a casos sospechosos de presentar COVID-19.
- Derivar a prestadores de salud de forma correctamente casos sospechosos de presentar COVID-19.
- Limitar la transmisión de persona a persona, teniendo una trazabilidad de los contactos durante su estadía en las instalaciones buscando disminuir al máximo la posibilidad de infecciones secundarias entre usuarios cercanos dentro de las instalaciones.
- Mantener informado y capacitado a todo el personal en la manera correcta de actuar en caso sospechoso de presentar COVID-19.

● ACCIONES A SEGUIR EN CASO SOSPECHOSO DE COVID-19.

SI ES IDENTIFICADO CASO SOSPECHOSO DE COVID-19 LAS ACCIONES A SEGUIR SON:

- Los trabajadores o usuarios con síntomas respiratorios y/o temperatura de ingreso, sean o no positivos no se les permite ingresar a trabajar
- Notificar al supervisor directo.
- En caso de detectar un trabajador con síntomas, evitar contacto cercano con la persona enferma. Aislar y mientras se coordina asistencia médica será asistido por un trabajador que utilice EPP como guantes descartables, y pantalla facial. Luego el personal que asiste a sospechoso de Covid-19 deberá retirarse con seguridad los guantes descartables, pantalla facial la que se desinfectará con alcohol al 70 %, la vestimenta que se pondrá en bolsa para lavar y de ser posible se duchará o se lavará las manos y la cara con abundante agua y jabón
- El supervisor directo notifica al Director General del club.
- El Director General coordina con personal del Staff y con el prestador de salud
- El personal de Staff llama a la emergencia móvil informando de antemano al prestador de salud.
- Se mantiene al personal a distancia de la persona enferma.

● PROCEDIMIENTO POSTERIOR A LA ATENCIÓN DEL CASO SOSPECHOSO.

LUEGO DE EFECTUAR LA DERIVACIÓN DEL CASO SOSPECHOSO DE COVID-19:

- En caso que un trabajador presente un diagnóstico positivo confirmado de COVID-19 debe notificar inmediatamente a la empresa quien procederá de la siguiente manera:
 1. Se debe tomar medidas de aislamiento con todos los trabajadores que hayan tenido un contacto laboral cercano con el trabajador involucrado. (ver algoritmo)
 2. Se entiende como contacto laboral cercano aquellos trabajadores que hubieran compartido en las últimas 24 a 48 horas a menos de dos metros de un caso confirmado de COVID-19, durante más de 15 minutos cara a cara o más de 2 horas en un ambiente cerrado sin elementos de protección adecuados (Cabe destacar que las formas de trabajo se adecuaron a esas distancias de seguridad) así como también sabemos que el uso de máscaras, lentes de protección y/ o pantalla facial y sobre túnica disminuye las distancias de posible contagio de los pacientes positivos asintomáticos).
- Todos los trabajadores del sector los cuales trabajan en el mismo horario laboral que el trabajador confirmado con COVID-19, que no hayan tenido contacto cercano o sea estuvieron a más de dos metros o no compartieron un área cerrada sin elementos de protección podrán seguir trabajando con controles del servicio Médico laboral de la empresa según el decreto 127/2014
- En caso de ser caso negativo el trabajador regresa a sus funciones.

● PROCEDIMIENTO PARA REAPERTURA DEL CLUB BANCO REPÚBLICA

- REFERIDO A LOS INGRESOS AL CLUB.
 - Se realizará el control de Temperatura en los Accesos a todos los que ingresen.
 - Deberá pasar por las alfombras desinfectantes de calzado dispuesta a tales efectos.
 - Alcohol gel para desinfección de manos.
 - Se hará firmar a cada persona que ingrese una declaración jurada de estado de salud, confirmando que no está en cuarentena o ha llegado de viaje del exterior, así como la aceptación de nuevas reglas.
 - Uso de tapabocas en todo momento, (excepto mientras realiza la actividad). Se recomienda uso de pantalla facial reutilizable.

- No se permitirá el ingreso a personas que estén cumpliendo con el período de 14 días de cuarentena.
- No se permitirá el ingreso a personas que hayan llegado recientemente de viaje desde el exterior.

· ACTIVIDADES - PARÁMETROS GENERALES.

El inicio de actividades se hará gradual, seleccionando las que permitan respetar los parámetros establecidos por el MSP y con número de concurrentes limitado. Asimismo, se establecerán horarios diferenciales para los mayores de 65 años.

Para concurrir a las actividades el socio deberá inscribirse con anticipación en la web del club.

Se podrá anotar en una sola actividad por día, salvo muy próximo al comienzo haya cupo libre por lo que podrá anotarse.

Se priorizan las actividades que puedan desarrollarse al Aire Libre.

Se reducirá la cantidad de Participantes por cada actividad.

Se llevará un control estricto de cantidad de asistencia.

Se buscará minimizar la cantidad de materiales a utilizar.

Posterior a la clase se hará la desinfección de materiales.

Desinfección del espacio luego de la actividad.

Mantenimiento de la distancia de 2 metros entre Participantes en todo momento

· INGRESO A ACTIVIDADES POR PARTE DEL SOCIO:

- a) Se permite la llegada de los socios al Club 15 minutos antes
- b) La única puerta habilitada de ingreso al Club es por Cno. de los Hormigueros
- c) Los asociados deben de llegar, transitar dentro del club y retirarse obligatoriamente con tapabocas. En caso de concurrir sin tapabocas no se permitirá su ingreso.
- d) En la primera puerta serán recibidos por un funcionario quien les tomará la fiebre (determinada la máxima como 37.3 °), lo hace pasar por alfombra desinfectante, aplica spray con alcohol para desinfección de manos.
- e) En el segundo lugar de control el funcionario, chequea su inscripción a la actividad que concurre e indica al socio por donde debe transitar. Previo el socios acercará el carne al detector magnético para control de afiliación.
- f) En caso de concurrir en bicicleta, este funcionario se encargará de la apertura del acceso al estacionamiento previsto a estos efectos.
- g) No se habilitan lockers, ni vestuarios, ni bebederos.
- h) El socio debe ingresar con carné social, toalla, agua y una bolsa grande de nylon para dejar sus pertenencias dentro
- i) Al finalizar cada clase o ejercicio (en caso de sala de musculación) deberá ordenar y limpiar con el desinfectante el material utilizado.
- j) Estará definido un cupo máximo para cada actividad que tendrá como límite el 50% del aforo del lugar.
- k) Los espacios se mantendrán ventilados con aberturas abiertas, aunque sea en estación otoño o invierno.
- l) Deberán mantener un distanciamiento interpersonal de por lo menos 2 metros entre ellos.
- m) Al salir del gimnasio deberá colocarse el tapabocas hasta retirarse del club.
- n) Se recomendará el uso de pantalla facial para las actividades deportivas
- o) Se establecerá la utilización de las instalaciones limitada por día y hora.
- p) Los socios deberán anotarse en las distintas actividades, las que estarán topeadas en número de acuerdo al espacio. Máximo 1 socio por cada 2 m².

· CONSIDERACIONES GENERALES:

- En esta etapa de la reapertura la cantina permanecerá cerrada.
- Se inhabilitarán los bebederos.
- Se realizará la desinfección de espacios dos veces al día.
- Se realizará la desinfección de materiales entre tandas

· INSTALACIONES CONSIDERACIONES GENERALES:

- Restricción del Horario de Apertura.
- Reducción del Tiempo de Permanencia.
- Se deberá mantener los espacios bien ventilados.
- Se extremará la limpieza de los espacios y materiales.

● REVISIÓN DEL PROTOCOLO DE ACTUACIÓN POR COVID-19.

Se realizará revisión del protocolo de acuerdo a lo que las autoridades nacionales vayan sugiriendo, por lo que los criterios incluidos en este documento estarán en continua revisión y podrán modificarse dado el dinamismo de la situación epidemiológica.

● ACTIVIDADES Y PROTOCOLOS ESPECÍFICOS.

INGRESO AL CLUB PARA LAS ACTIVIDADES.

Se permite la llegada de los socios al Club 15 minutos antes

La única puerta habilitada de ingreso al Club es por Cno. de los Hormigueros

Los asociados deben de llegar y retirarse del Club obligatoriamente con tapabocas, como asimismo durante el tránsito por dentro de la institución. En caso de concurrir sin tapabocas no se permitirá su ingreso.

Funcionario Nro. 1 recibe a los socios en la primera puerta, toma la fiebre al socio (determinada la máxima como 37.3 o), lo hace pasar por alfombra desinfectante, aplica spray o alcohol para desinfección de manos.

Funcionario Nro. 2 recibe al socio, chequea su inscripción a la actividad que concurre e indica al socio por donde debe transitar.

Este funcionario también se encargara de la apertura del estacionamiento de bicicletas en caso de que algún asociado concorra de esa manera.

No se habilitan bebederos.

● PISCINA 1 Y PISCINA 2.

Al ingreso el socio deberá dirigirse directamente al vestuario correspondiente.

Capacidad máxima por horario, en cada piscina 12 asociados, 2 por andarivel que no podrán juntarse en los extremos.

No se dictarán clases en esta primera instancia.

Apertura de lunes a sábados.

Los asociados deberán agendarse previamente en el sistema online de Inscripción a actividades disponible en la web institucional www.cbr.com.uy

ACCESO PISCINAS

El asociado después de pasar los controles de ingreso, se dirige al vestuario donde se dará la ducha con jabón, e ingresará a piscina.

Deberá salir cuando el guardia de piscina le avise. (45 minutos máximo)

SERVICIOS HIGIÉNICOS - PISCINAS.

Los baños habilitados para esta actividad son los del Vestuario.

En la piscina.

El GUARDAVIDAS hará las indicaciones necesarias para mantener la distancia entre personas, que el socio deberá obedecer, permitiendo mantener el distanciamiento físico requerido.

Se proveerá de elementos de higiene como alcohol en gel, spray desinfectante, toallitas, etc.

Cada asociado deberá obligatoriamente limpiar y desinfectar el material utilizado.

Cuando culmina el horario establecido, el guardia de piscina informará y procederá a vaciar el recinto.

Mantendrá las aberturas abiertas para ventilar el mismo, supervisara el orden y preparara el siguiente turno.

Los socios deberán retirarse de forma inmediata una vez avisados y dirigirse en forma separada a los vestuarios.

No podrán confraternizar ni crear aglomeraciones.

Dispondrán de 10 minutos para estar afuera del vestuario. En ese tiempo se podrán enjuagar, secar y vestir.

PISCINA 1 HORARIO SOCIOS		
De lunes a viernes		
7.05	a	7.50
8.05	a	8.50
9.05	a	9.50
10.05	a	10.50
11.05	a	11.50
12.05	a	12.50
13.05	a	13.50
14.05	a	14.50
15.05	a	15.50
16.05	a	16.50
17.05	a	17.50
18.05	a	18.50
19.05	a	19.50
20.05	a	20.50
Sábados		
7.05	a	7.50
8.05	a	8.50
9.05	a	9.50
10.05	a	10.50
11.05	a	11.50
12.05	a	12.50

PISCINA 2 HORARIO SOCIOS		
De lunes a viernes		
7.05	a	7.50
8.05	a	8.50
9.05	a	9.50
10.05	a	10.50
11.05	a	11.50
12.05	a	12.50
13.05	a	13.50
14.05	a	14.50
15.05	a	15.50
16.05	a	16.50

PISCINA 2 HORARIO PLANTELES		
De lunes a viernes		
17.05	a	17.50
18.05	a	18.50
19.05	a	19.50
20.05	a	20.50
Sábados		
14.05	a	14.50
15.05	a	15.50
16.05	a	16.50
17.05	a	17.50

MEDIDAS GENERALES DE PREVENCIÓN DE COVID-19

CORONAVIRUS

Y OTRAS ENFERMEDADES INFECCIOSAS RESPIRATORIAS



Lávase las manos con agua y jabón cuando le sea posible. En caso contrario, use alcohol en gel.



Evite compartir artículos personales, tales como cubiertos, platos, vasos o botellas.



Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.



Mantenga los ambientes bien ventilados.



Evite el contacto cercano con personas que tienen fiebre, tos u otros síntomas respiratorios.



Si presenta cualquier tipo de sintomatología luego de realizar un viaje, consulte a su médico.



Al toser o estornudar, cubra su boca y nariz con el pliegue del codo o con un pañuelo desechable.

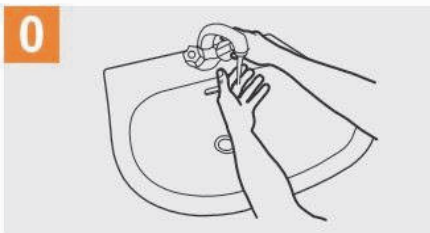


Ministerio de Salud Pública

¿Cómo lavarse las manos?

¡Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias! Si no, utilice la solución alcohólica

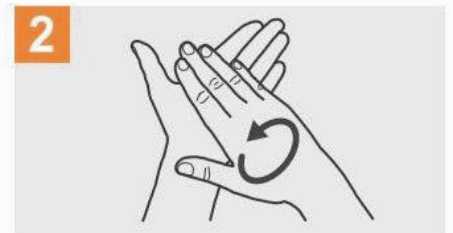
 Duración de todo el procedimiento: 40-60 segundos



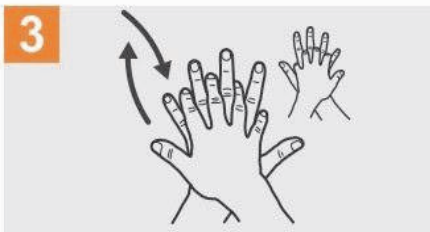
0 Mójese las manos con agua;



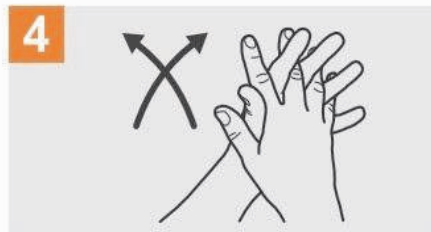
1 Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;



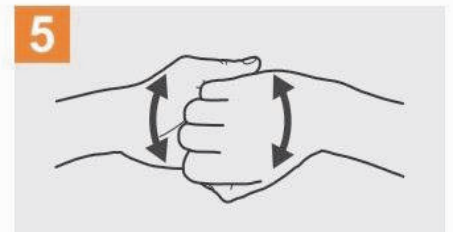
2 Frótese las palmas de las manos entre sí;



3 Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



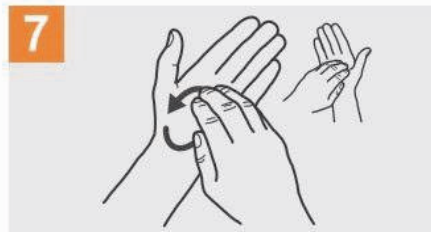
4 Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



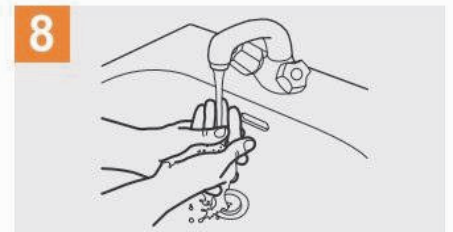
5 Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



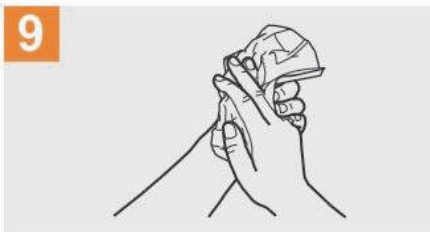
6 Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



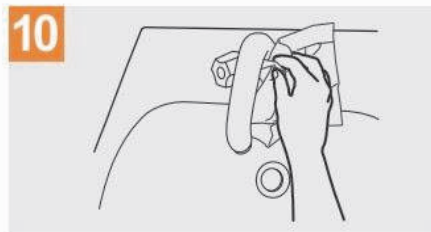
7 Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



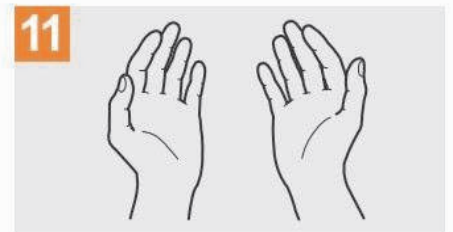
8 Enjuáguese las manos con agua;



9 Séquese con una toalla desechable;



10 Sírvese de la toalla para cerrar el grifo;



11 Sus manos son seguras.



Organización
Mundial de la Salud

Seguridad del Paciente

UNA ALIANZA MUNDIAL PARA UNA ATENCIÓN MÁS SEGURA

SAVE LIVES

Clean Your Hands