



INCORPORACIÓN DE LAS OBSERVACIONES DE LA DIRECCIÓN DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES A LA ADENDA AL PROTOCOLO DE MEDIDAS PREVENTIVAS PARA LA REINCORPORACIÓN A LA ACTIVIDAD PRESENCIAL EN LOS EDIFICIOS E INSTALACIONES DEPORTIVAS DE LA UNIVERSIDAD, PARA LA APERTURA DE LAS INSTALACIONES DE LA PISCINA CUBIERTA Y DE LOS GIMNASIOS DE LA UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID

La ADENDA AL PROTOCOLO DE MEDIDAS PREVENTIVAS PARA LA REINCORPORACIÓN A LA ACTIVIDAD PRESENCIAL EN LOS EDIFICIOS E INSTALACIONES DEPORTIVAS DE LA UNIVERSIDAD, PARA LA APERTURA DE LAS INSTALACIONES DE LA PISCINA CUBIERTA Y DE LOS GIMNASIOS DE LA UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID, aprobada por el Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo con fecha de 14 de octubre, ha sido revisada por el Área Técnica de la Dirección de Prevención de Riesgos Laborales comprobando que no se aprecia incongruencia con lo establecido en la normativa actual sobre medidas preventivas para hacer frente a la situación generada por la covid 19, y en lo establecido en los documentos Guía Técnica General de Recomendaciones preventivas para la reincorporación a los Centros de trabajo de la UCM con relación a la potencial exposición al Sarscov-2(Covid 19) y *Medidas preventivas inicio curso 2021/2022*

No obstante, desde la Unidad de Prevención de Riesgos Laborales de la UCM realizan unas observaciones que se incorporan a esta Adenda, son la siguientes:

- Asegurar una ventilación adecuada de todas las instalaciones (incluida la piscina, las salas de práctica deportiva, aseos y zona de duchas y vestuarios), garantizándose la renovación del aire, con especial atención a los momentos de máxima ocupación. Para ello, se deberán mantener tanto ventanas como puertas abiertas de forma continuada. La ventilación “como mínimo, de forma diaria y por espacio de cinco minutos” que se recoge en la adenda, no se considera suficiente.
- Especificar y señalar en la puerta de los aseos, vestuarios y zona de duchas el número máximo de personas que pueden acceder a los mismos de forma que se respete en todo momento la distancia de seguridad de 1,5 m.
- Acotar aquellas duchas que no se puedan utilizar por no disponer de mamparas o cabinas individuales o no respetar la distancia de seguridad de 1,5 metros (independientemente de que cuenten o no con mampara).
- Realizar mediciones periódicas de CO₂ para comprobar la eficacia de la pauta de ventilación de los espacios. En caso de superarse las 700 ppm se tomarán medidas de incremento de la ventilación o la disminución de personas en el local. (<https://www.ucm.es/file/medicion-de-co2-y-ventilacion-ucm>)

Por otro lado, se recuerdan las siguientes medidas preventivas para tenerlas en cuenta en la implementación del Protocolo:

- En los locales con mala ventilación, la instalación de purificadores de aire con filtros HEPA debe hacerse adecuando el equipo al tamaño del local. En este caso de instalación de purificadores de aire, la medición de CO2 no variará ya que estos equipos solo filtran partículas. https://www.ucm.es/file/informacion-sobre-purificadores-de-aire_11nov
- En el control de casos debe seguirse la siguiente pauta de actuación: *En el caso de que una persona en el Centro (PAS, PDI o estudiante) presente síntomas compatibles con la COVID 19, se le colocará una mascarilla quirúrgica que le facilite en Centro, y se le indicará que se dirija a su domicilio lo antes posible, evitando contactos estrechos, y que comience el periodo de aislamiento. En el que caso de que la persona afectada sea residente de un Colegio Mayor deberá aislarse en su habitación. Solo en el caso de que no pueda trasladarse por sus medios, se utilizará la sala covid del Centro.*



ADENDA AL PROTOCOLO DE MEDIDAS PREVENTIVAS PARA LA REINCORPORACIÓN A LA ACTIVIDAD PRESENCIAL EN LOS EDIFICIOS E INSTALACIONES DEPORTIVAS DE LA UNIVERSIDAD, PARA LA APERTURA DE LAS INSTALACIONES DE LA PISCINA CUBIERTA Y DE LOS GIMNASIOS DE LA UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID

Con esta Adenda al PROTOCOLO DE MEDIDAS PREVENTIVAS PARA LA REINCORPORACIÓN A LA ACTIVIDAD PRESENCIAL EN LOS EDIFICIOS E INSTALACIONES DEPORTIVAS DE LA UNIVERSIDAD, se incorpora el ANEXO 9 para la apertura de las instalaciones de la Piscina cubierta de la UCM, de acuerdo a lo establecido por la *ORDEN 572/2021, de 7 de mayo, de la Consejería de Sanidad, por la que se establecen medidas preventivas para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19 una vez finalizada la prórroga del estado de alarma declarado por el Real Decreto 926/2020, de 25 de octubre.*

También se incorpora el ANEXO 10 para el inicio de la actividad en el Gimnasio de la Zona Sur y el ANEXO 11 para el inicio de la actividad en el Gimnasio de Somosaguas, en los que se mantienen las medidas aprobadas en el Protocolo de Medidas Preventivas para la reincorporación a la actividad presencial en los Edificios e Instalaciones Deportivas de la Universidad.

Además de las Medidas Preventivas de carácter general en todas las instalaciones deportivas, aprobadas en el citado Protocolo y en las sucesivas modificaciones, se implementan otras medidas preventivas específicas para estas instalaciones.

ANEXO 9

PISCINA CUBIERTA

1. Antes de la apertura

1.1 Limpieza y desinfección de la instalación.

Se dispondrá del protocolo de limpieza y desinfección adecuado a las características de la instalación y a la intensidad de uso, y se asegurará de la implantación del mismo. El gestor lo tendrá a disposición de la autoridad sanitaria. (Anexo 4)

Ventilación de todos los espacios cerrados (vestuarios y baños, botiquín/enfermería, salas técnicas, pasillos, etc una hora antes de la apertura de la instalación durante el tiempo necesario para permitir la renovación del aire.

Realizar una **exhaustiva limpieza y desinfección de todos los elementos, equipos y superficies de la instalación**, con especial atención a los espacios cerrados (aseos, vestuarios, botiquín/enfermería.) y a las superficies de contacto más frecuente como grifos, barandillas, pomos de puertas, etc. En el exterior el vaso, rebosadero perimetral, escaleras, andén, corcheras, y cualquier otro en contacto con los usuarios.

1.2 Agua del vaso

- a) Realizar un control inicial del agua del vaso, según se indica en el Real Decreto 742/2013⁽¹⁾.
- b) Mantener un pH entre 7,2-8 y un nivel de desinfectante residual (según normativa):

Cloro libre residual: 0,5 -2 mg/l. Bromo total: 2 - 5 mg/l.

Se mantendrá el cloro libre residual entre 1-2 mg/l, y en el caso de utilizar bromo, entre un 3-5 mg/l.

2. Durante la apertura de las instalaciones

2.1 Medidas de control de acceso y ocupación

- a) Instalar mamparas de seguridad y carteles indicativos o señales en el suelo de la distancia de seguridad (1,5 metros) en los puestos fijos de trabajo, como mesas o mostradores (recepción).
- b) **Se respetará el aforo que asegure en todo momento el cumplimiento de las medidas necesaria sobre distancia de seguridad interpersonal**, tanto en el vaso de

la piscina como en los vestuarios. El aforo del vaso de la piscina será de 18 personas, 3 por calle. El aforo de los vestuarios será de 9 personas en cada uno de ellos. Los Socorristas serán los encargados de la seguridad y control en el vaso.

- c) **Se establecerá un sistema de reservas** para que los usuarios acudan a la instalación con cita previa, el pago se realizará con tarjeta electrónica o de forma telemática.
- d) **Se dotará de mascarilla quirúrgica a todo el personal que trabaje en la instalación**, siendo obligatorio su uso en todo momento. cuando no pueda cumplirse la distancia de seguridad.
- e) **El acceso a la instalación debe hacerse obligatoriamente con mascarilla**, recordando los técnicos de instalaciones deportivas a los usuarios, así como también en cualquier desplazamiento por el interior de la instalación, en los vestuarios y en el momento de la salida de la misma.
- f) Se dispondrá de **dosificadores de geles hidroalcohólicos** en la entrada de la instalación.
- g) Para el acceso, se **mantendrá las distancias de seguridad (1,5 metros)**. Se instalarán bandas en el suelo de recepción que marquen las distancias de seguridad mínimas entre personas que esperan en el espacio de recepción.
- h) Se demandará el **cambio de calzado** para acceder a las instalaciones.
- i) Se establecerán tramos de horarios para el acceso de usuarios a las instalaciones para evitar aglomeraciones en determinadas zonas, tanto en el interior como en el exterior, y prevenir el contacto entre ellos.
- j) El personal técnico de las instalaciones podrá tomar la temperatura, con termómetros sin contacto, cuando se considere oportuno.
- k) Los usuarios podrán utilizar el servicio de taquillas. Las taquillas se limpiarán, al menos, dos veces al día.
- l) Se mantendrá en todo momento **una distancia de 1,5 metros entre los usuarios** en el interior del vaso y en la entrada/salida del mismo, en las duchas, así como en toda la instalación (zonas de transito, etc.).
- o) **En los aseos la ocupación máxima será de una persona**, salvo en el caso de personas que precisen asistencia, que podrán estar acompañadas.
- q) Se inhabilitarán las fuentes de agua o cualquier otro sistema que conlleve riesgos y se promoverá el uso individual de botellas.

2.2 Control de la calidad del agua del vaso

- a) La empresa contratada para esta labor, medirá los niveles de pH y de cloro libre residual (o bromo total). Se recomienda la regulación automática de estos parámetros.

b) Mantener la filtración y la recirculación del agua las 24 horas. Se recomienda aumentar la renovación del agua.

c) Si la medición de cloro libre residual resultara $< 0,5$ mg/l, se procederá a desalojar el vaso, no permitiéndose el baño hasta que se vuelva a obtener una concentración mínima de 0,5mg/l (en caso de utilizar bromo: 2 mg/l).

d) Además de los controles establecidos por el Real Decreto 742/2013¹, se realizará al menos un análisis del agua durante la temporada que incluya los parámetros del Decreto 80/98¹.

2.3 Medidas para el uso de las instalaciones

a) Limpieza y desinfección de toda la instalación al menos 2 veces al día, según el apartado 1.1. En aquellas superficies de contacto frecuente con las manos de los usuarios (pomos de puertas, barandillas, escaleras, mandos de duchas, etc.), se deberá llevar a cabo una limpieza y desinfección, aumentando la frecuencia de limpieza según la intensidad de su uso.

b) Se reforzará la limpieza y desinfección de los aseos garantizando siempre el estado de salubridad e higiene de los mismos. Se recomienda la eliminación de secadores dejando como único elemento de secado papel desechable.

c) **Se podrá hacer uso de las duchas de los vestuarios**, siempre y cuando estén separadas por mamparas o en cabinas individuales. Permaneciendo acotadas debidamente las que no puedan ser utilizadas.

f) **Será obligatorio ducharse siempre antes y después de bañarse.**

g) Se recomendará la utilización de gafas para el baño, incluyendo las que protegen las fosas nasales o máscaras de buceo.

h) No estará permitido el uso de material auxiliar de juego (colchonetas, balones...), ni accesorios o elementos que generen chapoteos o aerosoles.

i) Se colocarán carteles con las medidas de prevención mediante carteles y/o megafonía.

J) Todas las operaciones que se lleven a cabo antes y durante la apertura, quedarán anotadas y descritas.

ANEXO 10

GIMNASIO ZONA SUR

1. Antes de la apertura

Las máquinas y aparatos se han distribuido en dos salas contiguas, una para actividades con máquinas de Cardio y otra para máquinas de peso y peso libre.

Ventilación de todos los espacios antes de la apertura de la instalación durante el tiempo necesario para permitir la renovación del aire. **Dejar puertas abiertas para evitar contacto con pomos. Mantener una ventilación continuada evitando corrientes de aire.**

Realizar una **exhaustiva limpieza y desinfección de todos los elementos, equipos y superficies de la instalación**, con especial atención a las superficies de contacto más frecuente, y a los baños y vestuarios.

2. Medidas para el acceso y uso de las instalaciones

- a) Para poder acceder a las instalaciones del gimnasio es necesario reservar día y hora, dentro de los tramos de horario que se han establecido. Las reservas se realizarán en la Conserjería de las instalaciones mediante llamada telefónica.
- b) El aforo máximo de las Salas es de 18 personas, 9 de cada una de las salas. En todo momento se respetará una distancia mínima de 1,5 m entre los usuarios.
- c) El uso de mascarillas será obligatorio en todo momento, también durante la práctica deportiva.
- d) Se utilizará calzado exclusivo para el acceso a la instalación.
- e) No está permitido acceder con acompañantes, salvo en aquellos supuestos de personas que puedan precisar asistencia.
- f) Será obligatorio del uso de los dispensadores de gel desinfectante al acceder a la instalación.
- g) El horario de apertura es de 10:00 a 21:00 de lunes a viernes, y de 10:00 a 14:30 los sábados, permaneciendo cerrado los domingos.
- h) Los entrenamientos pueden tener como máximo una hora y treinta minutos de duración, siempre dentro de la franja horaria reservada. El monitor se encargará de vigilar los cambios de horas.

- i) El uso de la toalla para colocar en los aparatos es obligatorio. Se recomienda apoyar la toalla siempre por la misma cara.
- j) Los usuarios deberán desinfectar cada elemento de la sala inmediatamente después de su uso, utilizando los productos que se han dispuesto en las salas para este fin.
- k) De manera periódica se procederá a la desinfección con solución de lejía y agua (1:50) o cualquier otro producto virucida aprobado por el Ministerio de Sanidad.
- l) No se pueden introducir mochilas dentro de la Sala de musculación.
- m) Se podrá hacer uso de los **vestuarios y de las duchas del Edificio de la Conserjería**. No obstante, se recomienda a los usuarios ducharse en casa.
- n) El uso de los aseos está permitido. La ocupación máxima será de una persona, salvo en aquellos supuestos de personas que puedan precisar asistencia, en cuyo caso también se permitirá la utilización por su acompañante. Deberá procederse a la limpieza y desinfección de los referidos aseos al menos dos veces al día.
- o) Se podrán precintar algunas máquinas para que se pueda cumplir el espacio de seguridad obligatorio.
- p) Se debe realizar tareas de ventilación periódica en las instalaciones y, como mínimo, de forma diaria y por espacio de cinco minutos. Las ventanas de la Sala Fitness deben permanecer abiertas cuando la temperatura exterior lo permita. El monitor de la sala estará encargado y será el responsable de su apertura.
- q) Se deben utilizar las papeleras de la sala fitness para depositar pañuelos y cualquier otro material desechable. Dichas papeleras deberán ser limpiadas de forma frecuente.
- r) Las fuentes de agua de la instalación permanecerán cortadas. Se recomendará a los usuarios llevar botella de uso personal.
- s) El monitor de la sala fitness tiene que llevar mascarilla.
- t) Los deportistas deben acceder directamente a las salas, sin detenerse en otros espacios dentro de la instalación deportiva.
- u) Una vez finalizada la actividad no se podrá permanecer en la instalación.

ANEXO 11

GIMNASIO POLIDEPORTIVO SOMOSAGUAS

1. Antes de la apertura

Las máquinas y aparatos se han distribuido entre la Sala de musculación y el espacio superior del Polideportivo.

Ventilación de todos los espacios antes de la apertura de la instalación durante el tiempo necesario para permitir la renovación del aire. **Dejar puertas abiertas para evitar contacto con pomos. Mantener una ventilación continuada evitando corrientes de aire.**

Realizar una **exhaustiva limpieza y desinfección de todos los elementos, equipos y superficies de la instalación**, con especial atención a las superficies de contacto más frecuente, y a los baños y vestuarios.

2. Medidas para el acceso y uso de las instalaciones

- a) Para poder acceder a las instalaciones del gimnasio es necesario reservar día y hora, dentro de los tramos de horario que se han establecido. Las reservas se realizarán en la Conserjería de las instalaciones mediante llamada telefónica.
- b) El aforo máximo de la instalación es de 4 personas. En todo momento se respetará una distancia mínima de 1,5 m entre los usuarios.
- c) El uso de mascarillas será obligatorio en todo momento, también durante la práctica deportiva.
- d) Se utilizará calzado exclusivo para el acceso a la instalación.
- e) No está permitido acceder con acompañantes, salvo en aquellos supuestos de personas que puedan precisar asistencia.
- f) Será obligatorio del uso de los dispensadores de gel desinfectante al acceder a la instalación.
- g) El horario de apertura es de 10:00 a 21:00 de lunes a viernes, permaneciendo cerrado los sábados y domingos.
- h) Los entrenamientos pueden tener como máximo una hora y treinta minutos de duración, siempre dentro de la franja horaria reservada. El monitor se encargará de vigilar los cambios de horas.

- i) El uso de la toalla para colocar en los aparatos es obligatorio. Se recomienda apoyar la toalla siempre por la misma cara.
- j) Los usuarios deberán desinfectar cada elemento de la sala inmediatamente después de su uso, utilizando los productos que se han dispuesto en las salas para este fin.
- k) De manera periódica se procederá a la desinfección con solución de lejía y agua (1:50) o cualquier otro producto virucida aprobado por el Ministerio de Sanidad.
- l) No se pueden introducir mochilas dentro de la Sala de musculación.
- m) Se podrá hacer uso de los **vestuarios y de las duchas**. No obstante, se recomienda a los usuarios ducharse en casa.
- n) El uso de los aseos está permitido. La ocupación máxima será de una persona, salvo en aquellos supuestos de personas que puedan precisar asistencia, en cuyo caso también se permitirá la utilización por su acompañante. Deberá procederse a la limpieza y desinfección de los referidos aseos al menos dos veces al día.
- o) Se podrán precintar algunas máquinas para que se pueda cumplir el espacio de seguridad obligatorio.
- p) Se debe realizar tareas de ventilación periódica en las instalaciones y, como mínimo, de forma diaria y por espacio de cinco minutos. Las ventanas de la Sala Fitness deben permanecer abiertas cuando la temperatura exterior lo permita. El monitor de la sala estará encargado y será el responsable de su apertura.
- q) Se deben utilizar las papeleras de la sala fitness para depositar pañuelos y cualquier otro material desechable. Dichas papeleras deberán ser limpiadas de forma frecuente.
- r) Las fuentes de agua de la instalación permanecerán cortadas. Se recomendará a los usuarios llevar botella de uso personal.
- s) El monitor de la sala fitness tiene que llevar mascarilla.
- t) Los deportistas deben acceder directamente a las salas, sin detenerse en otros espacios dentro de la instalación deportiva.
- u) Una vez finalizada la actividad no se podrá permanecer en la instalación.