



## DESCRIPCIÓN GENERAL DE CENTROS Y CLUBES DEPORTIVOS

El siguiente marco de trabajo constituye las recomendaciones operativas de la Ciudad de Boston para **centros y clubes deportivos**. Estas recomendaciones operativas incluyen las Normas de Seguridad en el Lugar de Trabajo Específicas del Sector establecidas por el estado federal de Massachusetts y se complementan con las recomendaciones basadas en la guía de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) y de asociaciones de la industria con el fin de ofrecer prácticas óptimas para preparar y regresar al lugar de trabajo físico, preparar la fuerza de trabajo y garantizar la continuidad de las operaciones.

Estas recomendaciones operativas se aplican a las operaciones durante la Etapa 1 de la Fase 3 del plan de reapertura gradual del estado federal de Massachusetts y están sujetas a los cambios que pueda efectuar en cualquier momento la Ciudad de Boston en función de los cambios en las Normas de Seguridad en el Lugar de Trabajo establecidas por el estado federal de Massachusetts, la guía de los CDC u otra información o análisis de salud pública. Para la Ciudad de Boston, la Etapa 1 de la Fase 3 del Plan de Reapertura comenzará el 13 de julio de 2020.

Estas recomendaciones operativas brindan claridad a las empresas de Boston en relación con el modo de operar en Boston, dada su particular diversidad, densidad, población y ambiente construido. Sin embargo, las empresas deben cumplir en todo momento con las normas estatales vigentes.

Todas las acciones emprendidas para cumplir con las normas del estado federal de Massachusetts y con las recomendaciones de la Ciudad de Boston también deben cumplir con las reglamentaciones de la Ley de Estadounidenses con Discapacidades (Americans with Disabilities Act) y del Consejo de Acceso Arquitectónico de Massachusetts (Massachusetts Architectural Access Board).

Según el estado federal de Massachusetts, “centros y clubes deportivos” se definen como cualquier establecimiento de acondicionamiento físico que brinda acceso o instrucción en entrenamiento físico personal, incluidas las siguientes actividades:

- Entrenamiento con pesas y resistencia
- Entrenamiento funcional
- Yoga

Si tiene alguna pregunta acerca de las recomendaciones operativas de la Ciudad de Boston sobre las estrategias de regreso al trabajo en oficinas para empresas, empleadores y propietarios de locales comerciales, envíe un correo electrónico a [reopening@boston.gov](mailto:reopening@boston.gov).



- Artes marciales
- Clases de spinning
- Entrenamiento tipo militar

Las instalaciones deportivas cubiertas y al aire libre, como las que se utilizan para practicar gimnasia, tenis y natación (ya sea de un establecimiento independiente o parte de un centro o club deportivo) deben cumplir con la guía de Deportes para Jóvenes y Adultos y la guía para Piscinas, que están disponibles en el sitio de reapertura del estado. Los centros deportivos y los gimnasios cubiertos no podrán operar ni brindar servicios a menos que hayan recibido un permiso previo como parte de la Fase 2 y hasta que se los autorice específicamente para hacerlo en la Etapa 1 de la Fase 3 del Plan de Reapertura del Lugar de Trabajo establecido por el estado federal de Massachusetts.

Aunque esté autorizado, ningún centro ni club deportivo deberá abrir a menos que pueda hacerlo de manera segura y en cumplimiento con las recomendaciones operativas que se detallan a continuación. Estas normas se aplican a todos los centros y clubes deportivos hasta que sean rescindidas o modificadas por el estado. El dueño del centro o club deportivo será responsable de cumplir estas normas. Si bien estas normas permiten la operación de centros y clubes deportivos, tanto cubiertos como al aire libre, se recomienda especialmente que ofrezcan clases al aire libre para reducir el riesgo de transmisión de la enfermedad. Además de estas normas, los operadores de los centros y clubes deportivos deben continuar cumpliendo con todas las reglamentaciones, políticas, certificaciones y requisitos de acreditación locales, estatales y federales aplicables para dicho establecimiento.

El cumplimiento de estas recomendaciones asegurará una mayor seguridad y salud pública. La Ciudad de Boston recomienda especialmente a las personas de poblaciones vulnerables, especialmente los adultos mayores y las personas con afecciones médicas preexistentes, continuar evitando salidas públicas innecesarias y servicios no esenciales. La salud del personal es también un factor esencial para determinar si los centros y clubes deportivos pueden abrir y brindar servicios a los clientes de manera segura.

### Aspectos clave

- La reapertura de servicios aumentará el riesgo de propagación de la COVID-19; en consecuencia, el objetivo es conocer, comunicar y administrar el riesgo de transmisión.



- Se deben modificar programas, servicios e industrias –algunos de manera significativa– durante varios meses o más hasta que se desarrolle una vacuna o un tratamiento eficaz.
- Todos los planes deben incluir mecanismos para retrotraer los programas y servicios rápidamente a fases anteriores si los casos y las muertes por COVID-19 comienzan a aumentar.
- Es esencial transmitir comunicaciones y mensajes públicos adecuados a culturas e idiomas específicos.
- Se pasarán por alto las experiencias y necesidades de las personas afectadas de manera desproporcionada si no se tienen en cuenta de manera explícita en todos los planes.

## **NORMAS OBLIGATORIAS DEL ESTADO FEDERAL DE MASSACHUSETTS**

Ningún centro ni club deportivo podrá operar si no cumple con estas normas de seguridad en el lugar de trabajo para la COVID-19 específicas del sector. El dueño u operador del centro deportivo o gimnasio cubierto será responsable de cumplir estas normas. Estas normas, que fueron desarrolladas según las normas de seguridad en el lugar de trabajo que se detallan abajo, se aplican a todos los centros y clubes deportivos hasta que sean rescindidas o modificadas por el estado.

- Normas de seguridad y lista de control de Massachusetts: centros y clubes deportivos:  
<https://www.mass.gov/doc/sector-specific-workplace-safety-standards-phase-iii-for-fitness-centers-and-health-clubs-to/download>

## **INFORMACIÓN ADICIONAL**

Las siguientes guías y recursos de seguridad adicionales están disponibles para respaldar las operaciones de los centros y clubes deportivos.

**Administración de Salud y Seguridad Ocupacional (Occupational Safety and Health Administration, OSHA) del Departamento de Trabajo de los EE. UU.**

- [OSHA: página web sobre la COVID-19](#)
- [OSHA: página web de pautas de cumplimiento](#)
- [Guía informativa de la OSHA: protección de trabajadores durante una pandemia](#)

**Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC)**

Si tiene alguna pregunta acerca de las recomendaciones operativas de la Ciudad de Boston sobre las estrategias de regreso al trabajo en oficinas para empresas, empleadores y propietarios de locales comerciales, envíe un correo electrónico a [reopening@boston.gov](mailto:reopening@boston.gov).



Recomendaciones operativas para centros y clubes deportivos de la Ciudad de Boston: Fase 3,  
Etapa 1  
Publicación de la guía: 10 de julio de 2020

- [CDC: recomendaciones de limpieza y desinfección ambiental](#)
- [CDC: guía provisoria para empresas y empleadores para planificar y responder a la enfermedad del coronavirus](#) (actualizada el 3/21/20)

**Agencia de Protección Ambiental (Environmental Protection Agency, EPA) de los EE. UU.**

*Lista de desinfectantes aprobados por la EPA:*

- <https://www.epa.gov/pesticide-registration/list-n-disinfectants-use-against-sars-cov-2>

**Departamento de Trabajo de los EE. UU.**

*Información sobre derechos de licencia de los empleados:*

- [Ley de Respuesta al Coronavirus Familias Primero del Departamento de Trabajo](#)

Si tiene alguna pregunta acerca de las recomendaciones operativas de la Ciudad de Boston sobre las estrategias de regreso al trabajo en oficinas para empresas, empleadores y propietarios de locales comerciales, envíe un correo electrónico a [reopening@boston.gov](mailto:reopening@boston.gov).



Las siguientes normas de seguridad específicas del lugar de trabajo están organizadas en cuatro categorías: Espacio físico y distanciamiento social; Administración y empleados; Protocolos de limpieza, desinfección e higiene; y Casos confirmados. Nota: En las siguientes listas de control, los enunciados redactados en negrita son normas obligatorias o recomendaciones publicadas por el estado federal de Massachusetts. Los enunciados que no están en negrita son normas adicionales recomendadas por la Ciudad de Boston.

## LISTA DE CONTROL DE ESPACIO FÍSICO Y DISTANCIAMIENTO SOCIAL

La administración y los empleados de centros y clubes deportivos deben aplicar modificaciones físicas y procedimientos para asegurar que el distanciamiento social se pueda implementar y cumplir por parte de clientes y empleados. Los operadores de centros y clubes deportivos también deben analizar la posibilidad de implementar los enunciados redactados en “Prácticas óptimas/Recomendaciones” cuando corresponda y sea viable.

Requisitos obligatorios	Estado
<p><b>Cada establecimiento debe controlar las entradas y salidas de visitantes, asegurar el distanciamiento social y limitar la ocupación en todo momento a lo siguiente:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>● <b>Cuarenta por ciento de la ocupación máxima permitida del establecimiento, según la documentación del permiso de ocupación registrado en el departamento de construcción municipal o en otra oficina de registros municipal.</b></li><li>● <b>Los establecimientos que no poseen un límite de ocupación registrado pueden permitir ocho personas por cada 1,000 pies cuadrados de espacio interior o exterior accesible.</b></li><li>● <b>En cualquier caso, ningún espacio cerrado del establecimiento puede superar la ocupación de ocho personas por cada 1,000 pies cuadrados.</b></li><li>● <b>Los conteos y cálculos de ocupación deben incluir los visitantes, el personal y otros trabajadores.</b></li></ul>	<p><input type="checkbox"/> En curso</p>
<p><b>Se debe disponer de todos los equipos (p. ej., pesas, máquinas, cintas caminadoras, bicicletas) de manera que haya un espacio de separación de al menos 14 pies entre las áreas de ejercicio. Si se instalan barreras, el espacio entre las máquinas puede ajustarse a 6 pies como mínimo de distancia.</b></p>	<p><input type="checkbox"/> En curso</p>



Si no es posible separar los equipos, se los debe bloquear (p. ej., dejar una máquina por medio sin usar) para mantener el distanciamiento de 14 pies.	<input type="checkbox"/> En curso
Se deben instalar marcadores visuales (p. ej., límites, caminos, carteles) para alentar a los clientes a permanecer a 6 pies como mínimo de distancia mientras circulan por el espacio.	<input type="checkbox"/> En curso
Se deben establecer vías de dirección para manejar el flujo de visitantes que circulan a fin de minimizar el contacto (p. ej., entrada y salida de una sola vía a las salas, caminos de una sola dirección). Se deben colocar carteles claramente visibles para notificar estas políticas.	<input type="checkbox"/> En curso
Se deben alternar los horarios de almuerzo y descanso de los trabajadores, regular la cantidad máxima de personas en un lugar y asegurar 6 pies como mínimo de distanciamiento físico entre los trabajadores.	<input type="checkbox"/> En curso
Se deben cerrar o reconfigurar los espacios comunes y las áreas de alta densidad donde es probable que los trabajadores se concentren (p. ej., salas de descanso y áreas para comer) para permitir 6 pies de distanciamiento físico.	<input type="checkbox"/> En curso
Se deben cerrar o reconfigurar otros espacios comunes donde es probable que los clientes se concentren o donde el distanciamiento social no es posible; por ejemplo, vestíbulos y áreas de espera.	<input type="checkbox"/> En curso
Se debe exigir el uso de mascarillas a todos los trabajadores y visitantes, excepto cuando no sea seguro debido a una afección médica o discapacidad.	<input type="checkbox"/> En curso
Si los clientes no pueden usar una mascarilla durante las actividades de entrenamiento de mucho esfuerzo, el distanciamiento físico debe ser de 14 pies como mínimo. Si los clientes usan una mascarilla durante las actividades de entrenamiento, el distanciamiento físico debe ser de 6 pies como mínimo.	<input type="checkbox"/> En curso
Se deben instalar divisiones físicas en áreas donde el distanciamiento físico no es posible; por ejemplo, en mostradores de servicio.	<input type="checkbox"/> En curso
En las clases de entrenamiento grupal, se deben mantener 14 pies de distanciamiento físico entre los asistentes en todo momento. Si se instalan barreras físicas entre los equipos de entrenamiento grupal, se deben mantener 6 pies de distanciamiento físico.	<input type="checkbox"/> En curso
<b>Prácticas óptimas/Recomendaciones</b>	<b>Estado</b>
Se debe analizar la posibilidad de instalar barreras plásticas entre los equipos, donde sea posible. Las barreras deben ser lo suficientemente altas	<input type="checkbox"/> En curso

Si tiene alguna pregunta acerca de las recomendaciones operativas de la Ciudad de Boston sobre las estrategias de regreso al trabajo en oficinas para empresas, empleadores y propietarios de locales comerciales, envíe un correo electrónico a [reopening@boston.gov](mailto:reopening@boston.gov).



<b>para bloquear de manera eficaz la respiración de la persona que esté usando el equipo. Si se instalan barreras, se deben limpiar regularmente.</b>	
<b>Se debe analizar la posibilidad de establecer “zonas de ejercicio” para alentar la separación entre los clientes que utilizan pesas libres, mancuernas, etc.</b>	<input type="checkbox"/> En curso
<b>Se deben alentar métodos de inscripción y de pago sin contacto.</b>	<input type="checkbox"/> En curso

## LISTA DE CONTROL PARA LA ADMINISTRACIÓN Y LOS EMPLEADOS DE CENTROS Y CLUBES DEPORTIVOS

La administración y los empleados de centros y clubes deportivos deben garantizar la implementación y el cumplimiento en todo momento de los requisitos establecidos para el personal y las operaciones. Los operadores de centros y clubes deportivos también deben analizar la posibilidad de implementar los enunciados redactados en “Prácticas óptimas/Recomendaciones” cuando corresponda y sea viable.

<b>Requisitos obligatorios del estado federal de Massachusetts</b>	<b>Estado</b>
<b>Se debe asegurar que los entrenadores personales mantengan 6 pies de distancia de los clientes en la medida de lo posible y minimizar el contacto cercano prolongado. Los entrenadores personales deben usar mascarillas. Todos los equipos que se utilicen durante una sesión de entrenamiento personal se deben desinfectar después de cada uso o al final de la sesión si el cliente fue la única persona que usó el equipo durante la sesión.</b>	<input type="checkbox"/> En curso
<b>Se debe capacitar a los trabajadores sobre información y precauciones de seguridad actualizadas, incluida la higiene y otras medidas destinadas a reducir la transmisión de la enfermedad, como lo siguiente:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Distanciamiento social, lavado de manos y uso adecuado de mascarillas.</li> <li>● Examen personal en el hogar, como controlarse la temperatura y los síntomas.</li> <li>● Aclaración de que los miembros del personal no deben ir a trabajar si están enfermos.</li> <li>● Cuándo buscar atención médica si los síntomas se agravan.</li> </ul>	<input type="checkbox"/> En curso



<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Qué afecciones de salud preexistentes pueden hacer más susceptibles a las personas de contraer el virus y sufrir una enfermedad agravada por el virus.</b></li></ul>	
<b>Se deben ajustar las horas y los turnos del lugar de trabajo (equipos de trabajo con diferentes horarios de trabajo, o llegada y salida alternada) para minimizar el contacto entre los trabajadores y reducir la congestión.</b>	<input type="checkbox"/> En curso
<b>Se debe exigir a los clientes que se inscriban en las clases por anticipado.</b>	<input type="checkbox"/> En curso
<b>Se debe mantener un registro de trabajadores y clientes para facilitar el posible rastreo de contactos (nombre, fecha, hora, información de contacto).</b>	<input type="checkbox"/> En curso
<b>Se debe cerrar o limitar las áreas de espera y, para las actividades que se desarrollan en forma de clases con distintos horarios, se debe pedir a los clientes que esperen afuera o en sus vehículos hasta 10 minutos antes de que comience su clase.</b>	<input type="checkbox"/> En curso
<b>Se debe programar un lapso de 30 minutos entre las clases para permitir una limpieza profunda y una ventilación apropiada de la sala de entrenamiento y para reducir la congestión.</b>	<input type="checkbox"/> En curso
<b>Se debe cerrar o marcar los armarios para establecer 6 pies de distanciamiento social, especialmente en los vestuarios. Los armarios se deben desinfectar después de cada uso. Los gimnasios deben proporcionar toallitas desinfectantes cerca de los armarios o en el vestuario.</b>	<input type="checkbox"/> En curso
<b>Se deben cerrar todas las duchas comunitarias o individuales. Para el uso de duchas cerca de las piscinas, se debe consultar la guía para piscinas que se encuentra en el <a href="#">sitio web de Reapertura</a>.</b>	<input type="checkbox"/> En curso
<b>Se debe exigir que las toallas se guarden en recipientes sanitarios claramente etiquetados (p. ej., toallas limpias vs. toallas sucias). Se deben usar temperaturas apropiadas para lavar y secar las toallas. Los empleados deben usar el equipo de protección adecuado (guantes y mascarilla) cuando manipulan toallas. Las toallas no deben sacudirse.</b>	<input type="checkbox"/> En curso
<b>Se puede permitir la apertura de servicios relacionados, que deben cumplir con los protocolos de seguridad específicos del sector para cada ubicación. Estos son algunos ejemplos:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Guardería en las instalaciones: se debe seguir la guía para guarderías.</b></li><li>• <b>Bares y servicios de comidas: se debe seguir la guía para restaurantes.</b></li><li>• <b>Piscinas: se debe seguir la guía para piscinas.</b></li></ul>	<input type="checkbox"/> En curso

Si tiene alguna pregunta acerca de las recomendaciones operativas de la Ciudad de Boston sobre las estrategias de regreso al trabajo en oficinas para empresas, empleadores y propietarios de locales comerciales, envíe un correo electrónico a [reopening@boston.gov](mailto:reopening@boston.gov).





<ul style="list-style-type: none"><li>● <b>Instalaciones deportivas (p. ej., canchas de tenis): se debe seguir la guía de deportes para jóvenes y adultos.</b></li><li>● <b>Masajes: se debe seguir la guía para servicios personales con contacto directo.</b></li><li>● <b>Saunas, bañeras de hidromasajes y salas de vapor: no se pueden abrir antes de la Fase 4.</b></li></ul>	
<b>No se deben utilizar ventiladores en espacios cerrados y solo deben usarse para clases al aire libre si no están orientados a los clientes.</b>	<input type="checkbox"/> En curso
<b>Para obtener la guía de deportes en espacios cerrados y al aire libre, consulte el <a href="#">sitio de Reapertura de la Oficina Ejecutiva de Energía y Asuntos Medioambientales (Energy and Environment Affairs, EEA)</a>.</b>	<input type="checkbox"/> En curso
<b>Se debe designar claramente en cada turno al personal responsable de desinfectar, limpiar y supervisar.</b>	<input type="checkbox"/> En curso
<b>Se deberá examinar a los trabajadores en cada turno y asegurar lo siguiente:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● <b>Que el trabajador no tenga ningún síntoma como fiebre (100 °F o superior) o escalofríos, tos, falta de aliento, dolor de garganta, fatiga, dolor de cabeza, dolores musculares o corporales, goteo o congestión nasal, nueva pérdida del gusto o el olfato, náuseas, vómitos o diarrea.</b></li><li>● <b>Que el trabajador no haya tenido contacto directo con una persona a la que se le diagnosticó COVID-19. “Contacto directo” significa vivir en el mismo hogar que una persona con resultado positivo de COVID-19, cuidar a una persona con resultado positivo de COVID-19, estar a una distancia de 6 pies durante 15 minutos o más de una persona con resultado positivo de COVID-19 o estar en contacto directo con secreciones (p. ej., compartir utensilios, recibir la tos) de una persona con resultado positivo de COVID-19 mientras esa persona era sintomática.</b></li><li>● <b>Que un médico o funcionario de salud pública local no le haya ordenado al trabajador a aislarse o permanecer en cuarentena.</b></li><li>● <b>Que los trabajadores que no cumplen los criterios antes mencionados vuelvan a su casa.</b></li></ul>	<input type="checkbox"/> En curso
<b>Los trabajadores deben quedarse en su casa si se sienten enfermos.</b>	<input type="checkbox"/> En curso
<b>Se debe publicar un aviso para los trabajadores y visitantes con información de salud importante y medidas de seguridad relevantes detalladas en las</b>	<input type="checkbox"/> En curso

Si tiene alguna pregunta acerca de las recomendaciones operativas de la Ciudad de Boston sobre las estrategias de regreso al trabajo en oficinas para empresas, empleadores y propietarios de locales comerciales, envíe un correo electrónico a [reopening@boston.gov](mailto:reopening@boston.gov).



<b>Normas de Seguridad Obligatorias para el Lugar de Trabajo del estado federal de Massachusetts.</b>	
<b>Prácticas óptimas/Recomendaciones</b>	<b>Estado</b>
Se debe analizar la posibilidad de establecer “turnos” para los clientes que realizan ejercicios sin una estructura (p. ej., salas de pesas abiertas) utilizando un sistema de reservas para cumplir con los límites de ocupación.	<input type="checkbox"/> En curso
Se debe alentar el ejercicio, las clases, las sesiones, etc. al aire libre cuando corresponda y mientras se mantenga en todo momento el distanciamiento social apropiado y se desinfecte el equipo utilizado después de cada uso.	<input type="checkbox"/> En curso
Se debe alentar a los trabajadores que tienen un riesgo particularmente alto de contraer COVID-19 de acuerdo con los CDC (p. ej., debido a la edad o a afecciones preexistentes) a quedarse en casa.	<input type="checkbox"/> En curso
Se debe alentar a los trabajadores a notificar al empleador síntomas o cualquier contacto directo con un caso conocido o sospechoso de COVID-19.	<input type="checkbox"/> En curso
Se debe alentar a los trabajadores que tienen un resultado positivo de COVID-19 a notificar al empleador de su lugar de trabajo para fines de limpieza y desinfección, y rastreo de contactos.	<input type="checkbox"/> En curso
Se debe analizar la posibilidad de destinar horas específicas de operación exclusivamente para poblaciones vulnerables.	<input type="checkbox"/> En curso
Se debe ubicar a los empleados en zonas de trabajo separadas para minimizar la superposición, cuando sea posible.	<input type="checkbox"/> En curso
Se deben realizar controles de detección de síntomas cuando los clientes se registran en la recepción. Se debe alentar a los clientes a regresar a su casa cuando el cliente o posiblemente alguien del hogar notifique síntomas posibles de COVID-19.  <ul style="list-style-type: none"><li>● Borrador: “En los últimos 2 a 14 días, ¿usted o alguna persona de su hogar han estado expuestos al virus de la COVID-19 o presentan los siguientes síntomas de COVID-19?<ul style="list-style-type: none"><li>● Fiebre o escalofríos</li><li>● Tos</li><li>● Falta de aliento o dificultad para respirar</li><li>● Fatiga</li></ul></li></ul>	<input type="checkbox"/> En curso

Si tiene alguna pregunta acerca de las recomendaciones operativas de la Ciudad de Boston sobre las estrategias de regreso al trabajo en oficinas para empresas, empleadores y propietarios de locales comerciales, envíe un correo electrónico a [reopening@boston.gov](mailto:reopening@boston.gov).



<ul style="list-style-type: none"><li>• Dolores musculares o corporales</li><li>• Dolor de cabeza</li><li>• Nueva pérdida del gusto o el olfato</li><li>• Dolor de garganta</li><li>• Congestión o goteo nasal</li><li>• Náuseas o vómitos</li><li>• Diarrea”</li></ul>	
<p>De ser posible, se debe implementar un sistema de reservas para el establecimiento. Use el sistema de reservas para contactar a los clientes que tienen reservas 24 horas antes de su llegada programada a fin de confirmar la reserva y preguntar si ellos o alguien de su hogar presentan algún síntoma de COVID-19. Si el cliente responde de manera afirmativa, se le debe recordar que solamente debe usar el centro deportivo si no representa un riesgo de salud para otros clientes o para los trabajadores del centro. Esta comunicación puede realizarse a través de una aplicación, por correo electrónico o mensaje de texto, si es posible.</p>	<input type="checkbox"/> En curso
<ul style="list-style-type: none"><li>• Se deben comunicar las políticas del lugar de trabajo con claridad, de manera frecuente y a través de diferentes medios.</li><li>• Se debe analizar la posibilidad de realizar conferencias diarias para todo el personal o registros virtuales para difundir información y cambios en las políticas.</li><li>• Se debe evitar la estigmatización y la discriminación en el lugar de trabajo manteniendo la privacidad de los datos de salud en cumplimiento de las leyes estatales y federales.</li><li>• Se deben mantener políticas estrictas contra la discriminación, con una política de tolerancia cero ante cualquier presunción de riesgo de COVID-19 o de condición de infección por COVID-19 fundada en la raza o el país de origen, y ofrecer una manera segura para que los trabajadores denuncien un caso de discriminación.</li><li>• Se debe comunicar con claridad al personal los cambios en la política y los procedimientos con varios días o más de anticipación cuando sea posible, y brindar un mecanismo para recibir preguntas, sugerencias y comentarios del personal.</li></ul>	<input type="checkbox"/> En curso



Utilizar un sistema de notificación de emergencias y mantener actualizada la información de contacto de los empleados	<input type="checkbox"/> En curso
Se debe proporcionar un equipo de protección personal a los empleados.	<input type="checkbox"/> En curso
Se debe alentar a los empleados a comunicar cualquier preocupación de salud y seguridad.	<input type="checkbox"/> En curso
Se deben alentar los controles de temperatura o de detección de síntomas para todos los trabajadores al comienzo de su turno y para cualquier proveedor o contratista que ingrese a las instalaciones. Se debe asegurar que la persona que se someta a los controles de temperatura o de detección de síntomas evite el contacto directo con los trabajadores en la medida posible.	<input type="checkbox"/> En curso
Si no es viable realizar controles de temperatura en las instalaciones, se debe implementar el autocontrol en el hogar. Se debe asegurar que el control se realice antes de que el trabajador salga de su hogar para ingresar a su turno y cumpla con las pautas de los CDC.	<input type="checkbox"/> En curso
Cuando sea posible, se debe permitir la flexibilidad en las horas de trabajo, de manera que los empleados puedan viajar desde su hogar al trabajo durante las horas no pico.	<input type="checkbox"/> En curso
Se debe alentar a los empleados a lavarse las manos lo más rápido posible al ingresar al lugar de trabajo.	<input type="checkbox"/> En curso

## LISTA DE CONTROL DE LIMPIEZA, DESINFECCIÓN E HIGIENE

La administración y los empleados de centros y clubes deportivos deben garantizar la implementación de estos requisitos obligatorios de limpieza e higiene y el cumplimiento de ellos en todo momento. Los operadores de centros y clubes deportivos también deben analizar la posibilidad de implementar los enunciados redactados en “Prácticas óptimas/Recomendaciones” cuando corresponda y sea viable.

Requisitos obligatorios	Estado
<b>Se debe garantizar el acceso a las instalaciones para el lavado de manos en el establecimiento, que incluyan jabón y agua corriente, y permitir suficiente tiempo de descanso para que los trabajadores se laven las manos con frecuencia. Como alternativa, se pueden utilizar desinfectantes de manos a base de alcohol con al menos 60 % de alcohol.</b>	<input type="checkbox"/> En curso



<b>Se debe distribuir desinfectante de manos y toallitas desechables en forma abundante por todo el espacio para que los trabajadores y los clientes desinfecten sus manos y los equipos antes y después de cada uso.</b>	<input type="checkbox"/> En curso
<b>Las toallitas desechables se deben colocar junto a cada máquina grande (como cintas caminadoras, bicicletas, máquina de remo) y junto a cada área que contenga equipos más pequeños (como pesas).</b>	<input type="checkbox"/> En curso
<b>Se debe exigir a los entrenadores que se laven las manos antes y después de cada sesión de entrenamiento y desinfecten con frecuencia durante cada sesión.</b>	<input type="checkbox"/> En curso
<b>Se deben desinfectar todos los equipos entre cada uso. Ningún equipo se debe utilizar por otro cliente o devuelto al estante o recipiente correspondiente sin desinfectarse.</b>	<input type="checkbox"/> En curso
<b>Se debe clausurar cualquier equipo si la desinfección (o el control por parte de los empleados) no es posible o factible.</b>	<input type="checkbox"/> En curso
<b>Se deben colocar carteles visibles en todo el establecimiento para recordarles a los trabajadores y clientes los protocolos de higiene y seguridad.</b>	<input type="checkbox"/> En curso
<b>Se debe permitir el uso de las fuentes de agua solo como estaciones de resurtido, siempre que pueda mantenerse el distanciamiento social. Los clientes y los trabajadores deben llevar sus propias botellas de agua o comprarlas en el establecimiento.</b>	<input type="checkbox"/> En curso
<b>Se debe exigir que las toallas se guarden en recipientes sanitarios claramente etiquetados (p. ej., toallas limpias vs. toallas sucias). Se deben usar temperaturas apropiadas para lavar y secar las toallas. Los empleados deben usar el equipo de protección adecuado (guantes y mascarilla) cuando manipulan toallas. Las toallas no deben sacudirse.</b>	<input type="checkbox"/> En curso
<b>Se debe limpiar con frecuencia las superficies de contacto habitual en los baños (p. ej., asientos de inodoros, pomos de puertas, manijas de cubículos, lavabos, dispensadores de toallas de papel, dosificadores de jabón) según las pautas de los CDC.</b>	<input type="checkbox"/> En curso
<b>Se debe realizar la limpieza y desinfección frecuente del establecimiento al menos una vez al día, y con más frecuencia si es viable. La Ciudad de Boston recomienda el siguiente cronograma de limpieza (como mínimo):</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Todos los lavabos que se utilizan para el lavado de las manos deben estar bien surtidos con jabón y toallas de papel, y deben ser controlados y reabastecidos al menos tres veces al día.</li></ul>	<input type="checkbox"/> En curso

Si tiene alguna pregunta acerca de las recomendaciones operativas de la Ciudad de Boston sobre las estrategias de regreso al trabajo en oficinas para empresas, empleadores y propietarios de locales comerciales, envíe un correo electrónico a [reopening@boston.gov](mailto:reopening@boston.gov).



<ul style="list-style-type: none"><li>Las áreas comunes del establecimiento se deben limpiar por el personal o por limpiadores profesionales no menos que dos veces al día.</li><li>Se deben limpiar y desinfectar vestíbulos, entradas, ascensores y salas de descanso no menos que dos veces al día.</li><li>Todas las áreas de contacto frecuente deben limpiarse y desinfectarse con un desinfectante aprobado por la EPA al menos tres veces al día y, de ser posible, cinco veces al día. A continuación, se mencionan ejemplos de áreas de contacto frecuente:<ul style="list-style-type: none"><li>Pomos de puertas, manijas y barras en entradas y salidas, y en baños.</li><li>Pesas, sogas y otros equipos de entrenamiento (además de la limpieza y desinfección entre cada uso).</li><li>Interruptores de luz y botones de ascensores.</li><li>Grifos y perillas de lavabos.</li><li>Asientos y palancas de inodoros.</li><li>Manijas de puertas de cubículos en baños.</li><li>Mostradores de recepción, encimeras y superficies similares.</li><li>Teléfonos compartidos, mouse de computadoras y teclados.</li><li>Procesadores de pago y cajas registradoras.</li><li>Recipientes de almacenamiento y cestos para toallas y equipos.</li></ul></li></ul>	
<b>Se deben mantener registros de limpieza que incluyan fecha, hora y extensión de la limpieza.</b>	<input type="checkbox"/> En curso
<b>Se debe realizar una desinfección frecuente de las áreas de alto tránsito y las superficies de contacto frecuente (p. ej., pomos de puertas, barras de sujeción, equipos, etc.).</b>	<input type="checkbox"/> En curso
<b>Si se presenta un caso positivo de un trabajador, cliente o proveedor, se debe cerrar el establecimiento y esperar 24 horas antes de limpiar y desinfectar el lugar de trabajo de acuerdo a la guía actual de los CDC.</b>	<input type="checkbox"/> En curso
<b>Se deben desinfectar todos los equipos de entrenamiento físico u objetos utilizados en forma común (p. ej., zapatillas de spinning, sogas para saltar, mancuernas, etc.) inmediatamente después de cada uso. En ningún momento los clientes deben tener contacto con objetos que otras personas</b>	<input type="checkbox"/> En curso

Si tiene alguna pregunta acerca de las recomendaciones operativas de la Ciudad de Boston sobre las estrategias de regreso al trabajo en oficinas para empresas, empleadores y propietarios de locales comerciales, envíe un correo electrónico a [reopening@boston.gov](mailto:reopening@boston.gov).



Prácticas óptimas/Recomendaciones	Estado
han tocado sin que estos objetos hayan sido primero desinfectados según las pautas de los CDC.	
Donde sea posible, se deben abrir las ventanas para una mejor ventilación.	<input type="checkbox"/> En curso
Se debe alentar a los clientes a utilizar un equipo a la vez (p. ej., limitar el entrenamiento en circuitos o “super sets” con varios equipos) para facilitar la desinfección requerida. El establecimiento debe proporcionar suministros de limpieza en cada equipo para que los clientes los limpien entre cada uso.	<input type="checkbox"/> En curso
Se debe alentar a los clientes a usar su propio equipo de ejercicio personal (como zapatillas de spinning, sogas para saltar, mats de yoga, etc.) cuando sea posible. Si se utilizan elementos compartidos, deben desinfectarse entre cada uso.	<input type="checkbox"/> En curso
Se debe analizar la posibilidad de implementar un sistema de salida de elementos sin contacto que los clientes puedan usar para cualquier equipo pequeño o accesorio (p. ej., bandas de ejercicio, sogas, mats, rodillos de espuma, etc.). Se debe desarrollar un proceso para limpiar y desinfectar estos elementos cuando se devuelven.	<input type="checkbox"/> En curso
Se debe establecer un protocolo de Medidas de respuesta para limpiar los espacios donde haya habido casos confirmados de infección o exposición y para notificar al coordinador del lugar de trabajo. <ul style="list-style-type: none"><li>• Si se notifica a la administración un caso positivo en un establecimiento, se deberá cerrar la sección del establecimiento a la que dicha persona tuvo acceso para realizar una limpieza profunda.</li></ul>	<input type="checkbox"/> En curso

## LISTA DE CONTROL PARA CASOS CONFIRMADOS

Para casos confirmados de COVID de empleados, clientes y proveedores de centros y clubes deportivos o cualquier persona que acceda a estos establecimientos, se requerirá la revisión y aplicación de esta lista de control.

Requisitos obligatorios	Estado
Si se notifica al empleador sobre un caso positivo en el lugar de trabajo (que incluye empleados, clientes, proveedores, personal responsable de entregas o cualquiera que tenga acceso al establecimiento), el empleador debe notificar al Comité de Salud local (local Board of Health, LBOH) la ubicación del lugar de trabajo y trabajar con ellos para rastrear los posibles contactos en el lugar de trabajo y notificar a los trabajadores y a otras personas que puedan	<input type="checkbox"/> En curso

Si tiene alguna pregunta acerca de las recomendaciones operativas de la Ciudad de Boston sobre las estrategias de regreso al trabajo en oficinas para empresas, empleadores y propietarios de locales comerciales, envíe un correo electrónico a [reopening@boston.gov](mailto:reopening@boston.gov).





<p><b>haber tenido acceso al espacio para que se aislen y permanezcan en cuarentena. De conformidad con las pautas y a pedido del LBOH, se recomienda la realización de pruebas a otras personas que hayan tenido acceso al mismo espacio.</b></p> <p>En caso de que un empleado notifique a un empleador un caso positivo de COVID, el empleador debe obtener el consentimiento del empleado para compartir sus datos personales con la Comisión de Salud Pública de Boston (Boston Public Health Commission, BPHC). Si el empleador no tiene el consentimiento para compartir los datos del empleado, igualmente puede llamar a la BPHC para obtener orientación general sobre el cierre del establecimiento y la identificación de contactos directos. El empleador no puede revelar información sobre el caso confirmado a contactos directos debido a cuestiones de privacidad. Esta acción puede ser respaldada por agencias de salud pública que no sean la BPHC, según la ubicación del caso confirmado.</p> <p>Cuando un empleador llame a la BPHC, debe poder indicar si el empleado trabajó 48 horas antes de la aparición de los síntomas o si estuvo asintomático 48 horas antes de la prueba. El empleador también debe poder indicar si el empleado usaba mascarilla en el trabajo y dar detalles sobre las condiciones laborales, ubicaciones de trabajo (p. ej., en espacios cerrados o al aire libre), proximidad con otros empleados o clientes, nivel de interacción con el público, y barreras o mascarillas utilizadas.</p> <p>El empleador ayudará a la LBOH a identificar a los empleados que puedan haber tenido contacto con el caso confirmado. El empleador notificará a estos empleados sobre la necesidad de permanecer en cuarentena. El empleador y la LBOH se comunicarán con los proveedores de atención médica afectados. Se recomendará a las personas que hayan tenido contacto con un caso confirmado que se realicen la prueba de detección de COVID-19. Cualquier empleado que sea identificado como contacto directo no debe volver a trabajar durante al menos 14 días.</p>	
<p><b>Si se presenta un caso positivo, se debe cerrar el establecimiento para una limpieza y desinfección profunda del lugar de trabajo de acuerdo a la guía actual de los CDC.</b></p>	<input type="checkbox"/> En curso
<p><b>Prácticas óptimas/Recomendaciones</b></p>	<p><b>Estado</b></p>
<p>A los trabajadores con resultado positivo de COVID-19 no se les debe permitir volver a trabajar hasta que un profesional médico lo autorice después de haber estado al menos 3 días sin síntomas y haber transcurrido al menos 10 días desde la primera aparición de los síntomas.</p>	<input type="checkbox"/> En curso
<p>A cualquier cliente previo que haya notificado al operador del centro o club deportivo un caso positivo se le debe recomendar que se comunique con la</p>	<input type="checkbox"/> En curso

Si tiene alguna pregunta acerca de las recomendaciones operativas de la Ciudad de Boston sobre las estrategias de regreso al trabajo en oficinas para empresas, empleadores y propietarios de locales comerciales, envíe un correo electrónico a [reopening@boston.gov](mailto:reopening@boston.gov).





LBOH. El operador o la administración del centro o club deportivo también debe comunicarse con cualquier empleado y cliente conocido que pueda haber estado en contacto con dicho cliente.	
Se deben mantener registros de clientes y empleados y revisarlos según sea necesario para obtener información que permita ayudar con el rastreo de contactos.	<input type="checkbox"/> En curso