

# PRÓTOCOLO DE SEGURIDAD SANITARIA PARA ESTUDIOS DE PILATES

## MEDIDAS PREVENTIVAS CONTRA EL COVID-19

Los instructores:

- Evitaran todo contacto físico con sus alumnos.
- Usaran mascara de protección y guantes de látex.

La diferencia en nuestra forma de trabajo reside en la corrección manual constante e individual de cada alumno, personalizando así cada trabajo. Sin embargo, en estos tiempos, los instructores respetaran la distancia de seguridad y solo brindaran las indicaciones en forma gestual y oral.

Las clases:

- La duración de las clases será de 50 minutos (por ej: la clase de las 8:00 durara hasta las 8:50).

Terminada la clase el personal del estudio deberá higienizar y desinfectar los materiales y zonas de posible contacto y renovar los trapos con lavandina del ingreso.



Arm. ALICIA VIVIANA BERNABEI  
SECRETARIA DE SALUD  
Municipalidad de Gral. Pueyrredon  
Decreto n° 3261/19

# PROTOCOLO DE SEGURIDAD SANITARIA PARA ESTUDIOS DE PILATES

## MEDIDAS PREVENTIVAS CONTRA EL COVID-19

### El estudio:

- Colocará un trapo con lavandina en el exterior y otro en el interior para la limpieza del calzado.
- Ventilará en forma constante el espacio de entrenamiento.
- Respetará la distancia de seguridad entre alumnos de un (1) metro mínimo y pondrá entre camas un nylon de protección que cubra todo el espacio de la camilla.
- Mantendrá a lo largo de la jornada los baños limpios, ventilados y desinfectados
- Mantendrá a lo largo de la jornada los elementos y accesorios limpios y desinfectados al finalizar cada clase.
- Pondrá un rociador con alcohol al 70% y un alcohol en gel para cada cama.
- Pondrá un zapatero inmediato a la entrada (para dejar zapatos, ropa y otros accesorios como carteras y mochilas) y un perchero individual en cada camilla.
- Tomará la temperatura y/o testeó de olfato a cada persona antes de ingresar.
- Llevará adelante un registro de personas que ingresan al estudio con el fin de tener una hoja de ruta de cercanías y contactos.
- El instructor tomará el presentismo, el alumno no deberá firmar.
- Llegado el caso de que se sospeche que alguna persona se encuentra contagiada se dará por terminada la clase y se cerrará el local por el resto del día para así poder desinfectar el mismo. Se notificará inmediatamente a las autoridades sanitarias y se le proveerán las fichas de registro correspondientes a la persona.

### El alumno deberá:

- Presentar una Declaración Jurada donde conste que no pertenece a un grupo de riesgo y que no ha tenido contacto con personas con síntomas.
- Traer una toalla personal en forma obligatoria y botella de agua propia optativa.
- Traer un juego de medias extra para usar exclusivamente en la clase.
- Usar el vaporizador o el alcohol en gel para desinfectar sus manos tanto al ingresar como al salir del estudio.
- Al finalizar la clase, limpiar con el rociador de alcohol la camilla donde realizó la actividad.

